ГБДОУ №67

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
ГБДОУ №67
/АНДРЕЕВА Н.А/

# МЕНЮ

**10 апреля 2026 г.**

## Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,28 | 2,85 | 15,84 | 92,94 | 1,74 |
| 2024 | ТК № 30 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 8,37 | 8,32 | 20,51 | 194,15 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 31 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,14 | 0,00 | 6,09 | 24,86 | 0,03 |
| 2024 | ТК № 32 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 4,00 |
| **Итого** | | | **455** | **10,19** | **11,57** | **52,24** | **358,95** | **5,77** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 33 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 184 | 2,93 | 5,00 | 13,49 | 90,89 | 0,00 |
| **Итого** | | | **184** | **2,93** | **5,00** | **13,49** | **90,89** | **0,00** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 34 | ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) | 47 | 0,63 | 0,05 | 2,38 | 12,61 | 40,00 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180/10/10 | 3,38 | 5,24 | 6,23 | 90,12 | 0,82 |
| 2024 | ТК № 35 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 7,01 | 5,54 | 15,68 | 99,58 | 0,00 |
| 2011 | 142 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ | 135 | 2,76 | 9,28 | 20,95 | 182,66 | 0,17 |
| 2024 | ТК № 36 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,07 | 0,00 | 19,74 | 94,27 | 0,36 |
| 2024 | ТК № 37 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 21 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 27 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| **Итого** | | | **679** | **18,09** | **21,24** | **93,12** | **619,03** | **41,35** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 175 | 10,35 | 14,57 | 21,03 | 256,64 | 0,71 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 195/7 | 0,20 | 0,01 | 8,22 | 34,91 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 28 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 26 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 60 | 5,22 | 4,23 | 45,51 | 184,42 | 0,00 |
| **Итого** | | | **463** | **17,43** | **19,03** | **85,36** | **526,96** | **0,71** |
| **Всего** | | | | **48,64** | **56,84** | **244,21** | **1 595,83** | **47,83** |

МЕД.СЕСТРА _____ СУСЕНКОВА Е.М

ПОВАР _____ СЕМЕНОВА М. А.