

Утверждаю



ЗАВЕДУЮЩИЙ  
ГБДОУ №67  
АНДРЕЕВА Н.А.

## МЕНЮ

15 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,62	4,27	12,44	107,45	0,08
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	132	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
<b>Итого</b>			<b>497</b>	<b>11,60</b>	<b>12,74</b>	<b>54,36</b>	<b>378,65</b>	<b>10,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	237	4,74	3,55	7,11	113,69	1,66
<b>Итого</b>			<b>237</b>	<b>4,74</b>	<b>3,55</b>	<b>7,11</b>	<b>113,69</b>	<b>1,66</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	75	1,24	4,45	5,80	70,02	21,24
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	220/10/20	6,45	0,87	12,40	164,00	0,00
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110	9,07	17,64	4,03	117,38	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	175	3,44	6,39	22,61	162,35	10,52
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,10	0,07	32,49	127,90	0,28
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>888</b>	<b>24,50</b>	<b>30,46</b>	<b>105,02</b>	<b>778,54</b>	<b>32,04</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	285	19,26	23,35	48,86	503,28	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	40	0,05	0,00	12,79	62,03	0,26
2008	442	СОК	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	53	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>578</b>	<b>23,31</b>	<b>24,71</b>	<b>102,41</b>	<b>756,11</b>	<b>4,26</b>
<b>Всего</b>				<b>64,15</b>	<b>71,46</b>	<b>268,90</b>	<b>2 026,99</b>	<b>48,09</b>

МЕД. СЕСТРА

СУСЕНКОВА Е.М.

ПОВАР

СЕМЕНОВА М. А.