



Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
ГБДОУ №67
АНДРЕЕВА Н.А./

МЕНЮ

13 августа 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,23	1,85	13,90	59,84	1,58
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	155	3,25	2,68	9,76	74,32	0,00
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			431	7,75	9,75	54,07	320,80	1,58
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	153	2,15	3,85	10,06	69,89	0,00
Итого			153	2,15	3,85	10,06	69,89	0,00
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/8/12	4,75	7,41	11,50	134,23	5,10
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	9,64	9,78	6,87	155,93	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			676	20,18	20,59	77,70	591,53	7,72
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	22,23	25,56	38,42	472,61	1,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	8,09	4,66	26,14	179,72	0,06
Итого			499	31,98	30,44	83,56	737,32	1,53
Всего				62,06	64,63	225,39	1 719,54	10,83

МЕД. СЕСТРА _____ СУСЕНКОВА Е.М.

ПОВАР _____ СЕМЕНОВА М. А.