

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ГБДОУ №67

АНДРЕЕВА Н.А/

МЕНЮ

4 сентября 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	35	1,59	3,54	19,70	115,57	2,16
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	116	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			481	10,50	12,26	56,10	381,58	6,19
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	241	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Итого			241	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	61	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	5,14	7,09	6,68	116,15	3,20
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	10,64	8,40	23,79	151,14	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	155	3,31	10,27	23,27	204,31	10,85
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	20,49	96,97	0,35
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			759	24,03	26,94	104,75	720,97	54,40
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	230	16,34	20,92	23,99	349,98	12,97
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	195/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,33	4,32	46,41	188,07	0,00
Итого			520	23,53	25,47	89,22	623,95	12,97
Всего				60,99	69,67	263,56	1 817,39	73,56

МЕД. СЕСТРА

СУСЕНКОВА Е.М

ПОВАР

СЕМЕНОВА М. А.