

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ 52  
/Рудина Т.Т./

## МЕНЮ

29 мая 2025 г.

### Сад 14 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,27	3,08	16,21	96,38	4,42
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,26	7,95	25,59	199,57	0,52
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,79	2,18	11,17	76,09	0,47
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>10,32</b>	<b>13,21</b>	<b>52,97</b>	<b>372,04</b>	<b>5,41</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	20,97	95,85	9,98
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>20,97</b>	<b>95,85</b>	<b>9,98</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	70	0,56	0,07	1,19	9,10	3,50
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,25	6,64	8,27	112,83	5,55
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	15,73	0,59	0,45	69,75	0,58
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,26	21,34	145,85	10,35
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	5,81	24,70	1,11
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,89	0,73	12,99	66,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>763</b>	<b>27,64</b>	<b>13,56</b>	<b>62,77</b>	<b>489,61</b>	<b>21,09</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,88	3,48	30,04	171,10	5,68
<b>Итого</b>			<b>255</b>	<b>5,78</b>	<b>3,66</b>	<b>48,22</b>	<b>248,50</b>	<b>9,28</b>
<b>Ужин</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	15,99	13,98	14,12	250,08	20,22
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,40	1,11	1,68	21,54	0,01
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,05	11,08	43,14	0,19
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>20,73</b>	<b>16,27</b>	<b>55,02</b>	<b>454,55</b>	<b>20,42</b>
<b>Всего</b>				<b>65,97</b>	<b>47,20</b>	<b>239,95</b>	<b>1 660,55</b>	<b>66,18</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Яковлева Е.М.