

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ № 72
Смирнова У.В./

МЕНЮ

10 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	2,5	4,2	10,5	99	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ («ДРУЖБА»)	200	6,2	10	26,8	209	0,8
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	2,3	11,1	77	0,5
Итого:			425	11,6	16,5	48,4	385	1,3
II Завтрак								
	TKN№002	ГРУША СВЕЖАЯ	172	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого:			172	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	66	0,4		1,3	7	2
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	205/20	6,2	5,9	13,4	133	6,9
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	225	22,3	22,4	30,1	411	14
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3,1	38	0
	TKN№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0,3
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	1,7	0,2	10,6	51	0
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого:			819	33,9	31,3	78,4	808	23,2
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,5	12,1	21,3	289	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	208	6,2	4,2	10,2	103	1,14
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	3	26	111	0
Итого:			368	32	19,3	57,5	503	1,34
Всего:				78,1	67,6	199,8	1767	28,84

Повар Зау Загрудина Ф.З.