Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
_____/Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,65	9,22	29,58	224,74	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			**460**	**11,11**	**13,25**	**66,95**	**434,40**	**10,51**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	200	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Итого			**200**	**2,94**	**5,00**	**13,05**	**90,34**	**0,00**
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ (капуста квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,85	3,05	3,97	47,96	14,55
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	170/10/20	4,96	0,67	9,54	126,15	0,00
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, рыба треска филе, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	70	5,85	11,38	2,60	75,73	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,56	4,05	22,72	120,91	7,85
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**710**	**18,51**	**20,25**	**97,18**	**628,56**	**22,64**
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	180	12,27	14,87	31,12	320,56	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ (клюква, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	30	0,38	0,01	3,69	15,16	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	180	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			**430**	**15,65**	**16,04**	**75,53**	**521,52**	**0,00**
Всего				**48,21**	**54,54**	**252,71**	**1 674,82**	**33,15**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
_____ /Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок)	150	5,38	7,69	27,60	203,62	0,50
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3,17	2,43	12,99	87,14	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**580**	**10,74**	**13,20**	**64,71**	**427,75**	**62,78**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,52**	**1,10**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,55	3,08	1,74	37,91	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, куриная грудка филе, петрушка (зелень), соль йодированная)	190/10/1	4,52	5,78	13,88	125,92	0,00
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	220	11,12	10,86	42,63	302,79	0,00
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,00
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			**681**	**18,97**	**20,56**	**91,37**	**630,31**	**0,00**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (соль йодированная, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.))	70	8,06	5,01	6,23	102,67	0,28
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,79	5,10	25,43	138,20	8,84
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	180	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	21	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00
Итого			**436**	**13,42**	**12,30**	**73,80**	**440,03**	**9,12**
Всего				**49,07**	**51,18**	**239,71**	**1 608,61**	**73,00**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
/Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (яйца куриные (шт.), молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, перец красный сладкий, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	200	17,15	20,18	6,03	275,12	50,29
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	195/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
Итого			**432**	**18,97**	**28,80**	**25,07**	**437,35**	**50,29**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	200	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Итого			**200**	**2,94**	**5,00**	**13,05**	**90,34**	**0,00**
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) (огурцы грунтовые, перец красный сладкий, томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированое, лук зеленый, петрушка (зелень), укроп, соль йодированная)	50	0,52	2,55	1,79	32,70	20,98
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), говядина б/к)	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02	0,00
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	70/25	5,09	8,68	6,01	145,80	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**705**	**18,50**	**21,22**	**91,39**	**629,99**	**20,98**
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лавровый лист)	70	8,01	11,50	8,52	195,15	0,00
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (кабачки, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	135	0,96	2,48	7,34	56,33	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	5,54	2,03	3,51	0,00	3,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	60	6,00	1,95	34,66	179,83	0,12
Итого			**465**	**21,83**	**18,14**	**62,51**	**472,10**	**3,12**
Всего				**62,24**	**73,16**	**192,02**	**1 629,78**	**74,39**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
_____/Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	5,03	7,46	22,51	178,05	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая)	180	3,74	3,08	11,23	88,73	0,58
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			**460**	**13,55**	**14,31**	**53,02**	**401,18**	**1,33**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,54	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,54**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	11,15	13,09	9,96	196,01	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный байховый, вода питьевая, варенье)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			**695**	**20,12**	**23,44**	**93,19**	**660,85**	**2,70**
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	200	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	180	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, ванилин)	60	5,46	8,83	13,69	162,95	0,00
Итого			**465**	**15,65**	**16,23**	**77,91**	**543,06**	**14,63**
Всего				**55,26**	**59,10**	**233,95**	**1 715,63**	**19,76**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ №75
_____/Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,19	6,82	30,30	207,79	0,52
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			**460**	**8,02**	**10,10**	**62,21**	**373,64**	**6,31**
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Итого			**200**	**2,93**	**5,00**	**13,49**	**90,89**	**0,00**
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) (перец красный сладкий)	50	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (соль йодированная, картофель, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, говядина б/к, сметана 15% жирности, вода питьевая, петрушка (зелень))	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, соль йодированная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	70	8,33	6,58	18,63	118,34	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	150	3,28	9,98	23,12	196,22	0,00
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, протертая с сахаром, вода питьевая, сахар песок)	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**710**	**18,64**	**20,78**	**91,76**	**622,85**	**44,77**
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированое, картофель, морковь, репа, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	200	10,48	12,90	15,29	280,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	195/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	60	5,17	4,19	45,06	182,59	0,00
Итого			**487**	**17,51**	**17,32**	**79,17**	**548,49**	**0,00**
Всего				**47,10**	**53,20**	**246,63**	**1 635,87**	**51,08**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
_____ /Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ (вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", масло сладко-сливочное несоленое, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, сахар песок, соль йодированная, сушеные абрикосы без косточки (курага))	150	8,36	7,77	42,19	276,56	0,82
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3,17	2,43	13,05	87,39	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			**480**	**16,25**	**13,93**	**73,62**	**495,75**	**61,41**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,54	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,54**	**1,10**
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	50	0,39	1,05	1,21	15,78	0,00
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень))	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	80	8,85	9,50	7,83	186,30	0,00
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (кабачки, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности)	130	1,42	2,48	8,02	60,72	7,32
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**720**	**18,04**	**20,42**	**90,56**	**630,89**	**7,32**
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	70	8,96	4,10	19,27	120,62	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	2,73	2,14	4,19	118,73	0,00
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) (напиток витаминизированный из шиповника промышленного производства (сок витаминизированный))	180	0,00	0,00	18,51	74,04	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			**470**	**17,00**	**17,60**	**77,52**	**539,68**	**0,00**
Всего				**57,23**	**57,07**	**251,53**	**1 776,86**	**69,83**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
_____/Васильева Е.А,/

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое)	200	17,09	18,09	12,61	281,59	1,40
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	195/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			**532**	**19,31**	**27,01**	**41,95**	**490,82**	**6,40**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	200	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Итого			**200**	**2,94**	**5,00**	**13,05**	**90,34**	**0,00**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,55	3,08	1,74	37,91	12,45
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная, укроп)	170/15/15	3,13	5,84	10,87	112,16	0,00
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ) (говядина б/к, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), петрушка (зелень), сухари панировочные, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	70	8,96	8,09	19,15	185,25	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (вода питьевая, чай черный байховый, варенье)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			**695**	**18,03**	**20,36**	**90,24**	**630,19**	**12,57**
Полдник								
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ (рыба треска филе, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	70	11,31	8,57	2,62	132,65	0,31
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, капуста цветная, сыр российский, масло подсолнечное рафинированое)	130	5,23	12,59	11,18	179,67	32,42
2024	ТК № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (вода питьевая, виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота)	180	0,34	0,08	11,35	67,98	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, свекла, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая)	55	4,73	1,82	38,16	165,38	0,00
Итого			**480**	**24,81**	**23,97**	**84,64**	**651,97**	**32,73**
Всего				**65,09**	**76,34**	**229,88**	**1 863,32**	**51,70**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
_____/Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная)	150	4,61	4,70	26,28	166,02	0,57
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3,17	2,43	13,05	87,39	0,52
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			**480**	**10,03**	**10,25**	**64,35**	**393,00**	**2,85**
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ (ряженка 2,5% жирности)	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
Итого			**200**	**2,80**	**5,00**	**13,14**	**90,07**	**0,00**
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ (картофель, масло подсолнечное рафинированое, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная)	50	3,23	3,42	5,54	65,87	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, рыба треска филе, яйца куриные (шт.), соль йодированная, петрушка (зелень))	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	0,00
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, яйца куриные (шт.))	70	7,11	9,25	18,22	179,00	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	140	2,96	2,94	14,34	90,98	9,92
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**686**	**18,85**	**20,79**	**94,47**	**642,81**	**10,08**
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ (морковь, сахар песок)	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	180	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			**450**	**15,68**	**17,45**	**68,65**	**503,52**	**0,00**
Всего				**47,36**	**53,49**	**240,61**	**1 629,40**	**12,93**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
/Васильева Е.А,/

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (пшено, тыква свежая, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,04	4,99	32,11	198,23	2,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая)	180	3,73	3,07	11,22	88,65	0,58
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			**460**	**13,99**	**11,99**	**63,41**	**422,68**	**6,65**
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Итого			**200**	**2,93**	**5,00**	**13,49**	**90,89**	**0,00**
Обед								
2024	ТК № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыр российский, масло подсолнечное рафинированое)	50	3,05	6,10	3,41	81,30	0,00
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67	0,00
2024	ТК № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	7,68	2,63	5,40	76,46	0,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,74	2,64	25,79	117,06	9,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**710**	**20,23**	**17,78**	**95,32**	**646,20**	**9,70**
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,00
2024	ТК № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	200	6,30	9,19	20,45	200,09	0,00
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (сок витаминизированный фруктовый)	180	0,00	0,00	18,51	74,04	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), яблоки, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	60	3,69	3,52	29,85	164,18	2,18
Итого			**500**	**16,24**	**17,35**	**77,56**	**540,02**	**2,18**
Всего				**53,39**	**52,12**	**249,78**	**1 699,79**	**18,53**

медсестра _____ Глобина А.П.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
/Васильева Е.А./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,60	5,22	27,01	178,02	0,52
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, вода питьевая)	200	2,94	2,43	10,74	77,22	0,54
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**480**	**9,83**	**10,53**	**53,77**	**349,23**	**2,82**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,54	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,54**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, петрушка (зелень))	175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85	0,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (картофель, сухари панировочные, говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лук репчатый)	200	12,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (сахар песок, клюква, протертая с сахаром, вода питьевая)	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**690**	**19,41**	**20,29**	**90,98**	**630,72**	**20,80**
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, соль йодированная)	70	6,01	3,54	15,88	131,18	0,00
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) (картофель, морковь, капуста белокочанная, брюква, репа, молоко питьевое ультрапастеризованное 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,63	8,69	22,98	164,58	10,09
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага))	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, петрушка (зелень), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, капуста белокочанная)	60	4,28	6,27	21,10	156,04	6,05
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			**475**	**16,00**	**18,86**	**89,00**	**584,04**	**16,38**
Всего				**51,18**	**54,80**	**243,58**	**1 674,53**	**41,10**

Медсестра _____ Плосина А.П.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 75 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Васильева Елена Алексеевна
ЗАВЕДУЮЩИЙ

02.10.26 09:23 (MSK)

Сертификат 1BD8B76C20DA5CC9AE0B9605DF9274BA