

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ д/с №61 "Ягодка"
_____/Шевченко О.В./**МЕНЮ**
30 июля 2025 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	30	1,26	3,16	16,02	69,81	4,36
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,40	2,23	2,82	35,67	2,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,55	21,21	2,93	150,49	0,00
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	2,94	5,58	32,41	187,40	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,90	2,29	10,85	74,04	0,24
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			410	21,11	28,89	32,62	330,01	6,81
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	144	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00
Итого			144	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	0,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,32	3,67	5,64	59,54	8,70
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65/70	24,25	20,45	5,05	273,18	0,93
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,02	4,35	30,42	184,18	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,00	0,05	10,60	40,65	0,49
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,89	0,17	5,80	28,65	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			745	34,98	29,19	66,51	632,50	10,12
Полдник уплотнённый								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	17,16	13,26	13,40	226,01	20,08
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	5,67	25,17	2,24
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,48	0,29	9,65	47,64	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,66	39,06	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,00
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,10	9,83	47,15	10,03
Итого			514	22,68	16,49	40,88	394,38	22,32
Всего				79,37	75,07	155,51	1 427,39	39,25

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443774

Владелец Шевченко Ольга Валерьевна

Действителен с 13.05.2025 по 13.05.2026