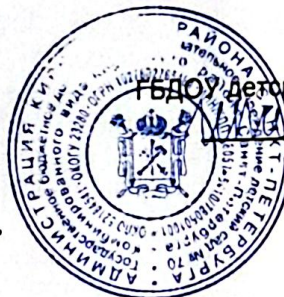


Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Тихонова И.А./



МЕНО

10 сентября 2025 г.

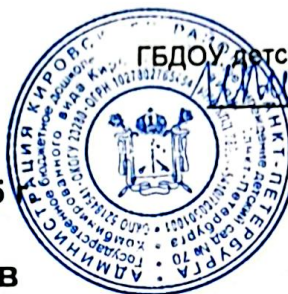
Сад 12 часов

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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,59	5,57	11,93	121,28	0,05
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,35	7,23	26,69	192,91	0,48
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,50	5,09	21,96	142,73	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,94	2,31	11,51	79,23	0,50
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			400	13,88	15,11	50,13	393,42	1,03
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ГРУША (аллергии)	71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,56	0,10	1,92	12,11	12,62
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,97	5,20	10,25	108,39	2,88
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/10/5	4,06	7,56	10,79	127,82	2,36
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	13,27	0,50	0,40	58,95	0,17
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	0,62	11,64	0,17	107,82	0,24
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,48	18,49	125,42	8,97
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,50	4,50	20,20	131,51	10,20
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,54	0,00	29,70	122,40	10,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
Итого			700	23,69	22,22	73,63	596,29	35,68
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	26,60	13,60	33,00	376,36	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	155	5,34	5,48	34,19	207,53	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2008		ПРЯНИКИ	37	2,19	1,74	27,78	135,56	0,00
2008		БАТОН (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		ГРУША	71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			471	34,70	20,43	70,56	621,92	1,09
Всего				77,49	62,26	201,52	1 707,03	39,06

МЕНЮ

10 сентября 2025

Если 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,38	3,96	12,46	103,68	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,42	6,08	21,43	157,71	0,40
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,78	2,18	11,54	77,54	0,47
Итого			355	11,58	12,22	45,43	338,93	0,90
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,13	7,13	7,42
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,22	5,62	7,36	100,20	3,26
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,38	0,35	0,30	41,68	0,12
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	0,68	8,56	0,14	80,34	0,15
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	3,92	18,46	120,42	0,10
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,25	10,56	50,88	0,00
Итого			565	19,45	18,76	62,70	502,65	20,05
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120/13	21,50	10,99	26,67	304,25	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,31	4,58	8,79	98,87	0,98
2008		ГРУША	71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			384	26,81	15,57	35,46	403,12	0,98
Всего				62,19	50,30	149,59	1 324,20	22,98