Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 119 (ул. Композиторов 20 корп 2)
_____ /Сахарова О.В./

МЕНЮ

20 октября 2026 г.

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)	40	5,6	5,8	10,3	117	0,1
2008	ТТК№ -189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,8	5,5	20,2	171	0
ТТК	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С М/Р И САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	200	10,9	7,7	54,3	329	0
2008	ТТК№ -40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,4	2	9,7	67	0,4
2008	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			420	12,8	13,3	40,2	355	0,5
II Завтрак								
ТТК	435	КЕФИР С САХАРОМ (кефир 2,5 % жирности, сахар песок)	100/5	2,7	3	13	90	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки)	100	0,4	0,4	8,8	42	9
Итого			105	2,7	3	13	90	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	50	0,8	2,9	4	46	0
2008	ТТК№ -82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия (вермишель), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры (цыплята) 1 категории, петрушка (зелень), лавровый лист)	200	3,8	3,3	17,2	113	6,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говяжья печень, соль йодированная, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, вода питьевая)	80	13,2	8,8	2,2	161	10
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	130	2,7	4,4	28,9	166	0
2008	ТТК№ -42	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,1	0,1	17	70	1,4
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			700	24,8	20,4	95,6	690	17,8
Уплотненный Полдник								
2008	ТТК№ -224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, ванилин, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	150/30	27,9	19,3	23,8	387	0,36
2008	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		6,1	25	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2012	9.1.5.2	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	100	0,4	0,3	10,8	49	5,2
Итого			480	29,9	20,2	51	513	5,56
Всего				70,2	56,9	200,8	1648	23,86

Повар _____ Логинова О.А.