

Согласовано

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

МЕНЮ

16 октября 2026 г.
Если 12 часов



Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТК№ -189	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	3,5	6,3	22,2	161	0,4
2022	ТТК№ -26	ПРЯНИКИ (пряники заварные)	20	1,2	0,9	15	73	0
2008	ТТК№ -43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,8	2,2	8,9	68	0,4
Итого			350	10,7	13,5	53,1	364	0,8
II Завтрак								
ТТК	435	КЕФИР С САХАРОМ (кефир 2,5 % жирности, сахар песок)	100	2,1	2,3	10,1	70	0
Итого			100	2,1	2,3	10,1	70	0
Обед								
2008	30	*САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	40	0,6	2,1	3	35	1,7
2008	ТТК№ -65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), говядина б/к, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), лавровый лист)	180	5,2	5,6	10,2	112	3,7
2016	ТТК№ -299	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (говядина б/к, свинина б/к (нежирная), батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	7,3	22,9	5,5	259	0
ТТК	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,1	1,8	20,4	95	0
2008	ТТК№ -48	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,1	0,1	18	73	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,6	0,6	11,1	57	0
Итого			590	18,3	33,3	76,7	672	5,4
Уплотненный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	40	5,1	4,6	0,3	63	0
ТТК	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности)	120	2,2	1,7	7,5	62	8,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 0,2)	180	0,5		29,3	121	10,7
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2012	9.1.5.2	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	95	0,4	0,3	9,8	45	4,8
Итого			455	9,6	6,8	55,4	332	24,2
Всего				40,7	55,9	195,3	1438	30,4

Повар

Логонова О.А.