

Согласовано



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

МЕНЮ

16 октября 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, 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)	200	6,7	7	30,8	234	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ С М/Р И САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	200	2	6,8	27,8	180	0
2022	ТТК№ -26	ПРЯНИКИ (пряники заварные)	40	2,4	1,9	30	146	0
2008	ТТК№ -43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,4	2,8	11	84	0,5
ТТК	035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			450	15,7	15,8	78,8	526	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	9,8	47	0
Итого			105	2,7	3	13	90	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)	50	0,6	3,8	3	47	0
2008	ТТК№ -65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист, говядина б/к, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))	200	4,8	5,2	9,2	102	3,1
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)	70	8,3	26,4	7,1	300	0
ТТК	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	130	3,6	3,2	26	145	0
2008	ТТК№ -48	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,1	0,1	9,4	40	1,5
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)	40	3,3	1,3	22,4	114	0
Итого			690	22,1	40,2	85,6	789	4,6
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)	150	2,5	1,9	8,3	68	11,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 1л)	180	0,9	0,2	17,6	75	3,5
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)	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			490	10,3	7,2	45	294	20,2
Всего				50,8	66,2	222,4	1699	25,3

Повар


 Логинова О.А.