

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №55  
\_\_\_\_\_/Чабан М.В./

**МЕНЮ**  
**27 октября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,59	8,85	10,10	126,60	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	200	17,15	20,26	6,03	275,41	40,31
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	195/7	0,19	0,01	7,99	33,92	1,15
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,13	0,00	6,72	27,40	0,03
Итого			432	18,93	29,12	24,12	435,93	41,46
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ (ПИТЬЕВОЙ)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО (аллергики)	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
Итого			200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,00
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,57	2,53	1,86	32,80	37,32
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	5,55	9,50	5,47	132,17	7,25
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	65/25	11,26	10,17	9,24	176,41	0,47
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,61	3,35	29,90	175,90	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,08	0,01	11,06	44,80	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП 1	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
Итого			700	27,70	26,64	81,04	680,57	45,04
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,16	9,58	2,45	136,65	0,47
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	135	1,02	1,66	7,78	51,03	10,44
2024	ТК № 59	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	8,42	49,51	71,88
2024	ТК № 20	ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,86	1,90	34,64	179,05	0,12
Итого			465	18,95	13,56	61,77	457,03	82,91
Всего				71,18	74,32	175,95	1 686,55	169,41

Ответственный исполнитель \_\_\_\_\_ Хрипач И.А.