

Утверждаю

Заведующей

ГБДОУ №42 Димитрова 29/3

/Куликовская Е.А./

МЕНЮ

15 июля 2026 г.

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								
2024	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	130	9,04	16,67	5,34	208,34	1,22
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	7,09	28,68	0,02
2024	48	АПЕЛЬСИН	108	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			403	10,68	16,99	26,49	308,46	58,24
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	183	5,12	4,57	8,25	103,33	1,28
Итого			183	5,12	4,57	8,25	103,33	1,28
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,33	2,42	1,04	27,22	4,15
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,63	5,37	5,84	92,78	12,05
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/20	8,86	10,14	7,68	160,66	0,43
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	4,39	4,19	20,80	138,39	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	16,93	70,68	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,94	0,76	12,64	65,37	0,00
Итого			575	21,22	23,10	71,29	585,69	16,63
Усиленный Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	12,75	6,16	14,02	162,74	0,32
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,44	3,85	16,63	111,17	8,09
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,76	0,15	15,39	65,52	3,05
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	40	2,88	3,77	13,64	100,00	8,24
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			387	19,52	14,06	66,04	470,02	19,70
Всего				56,54	58,72	172,07	1 467,50	95,85

Медицинская сестра

Дударева С.Л.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 342613088659557027477417031171105956650881455002

Владелец Куликовская Елена Анатольевна

Действителен с 22.07.2025 по 22.07.2026