



Заведующий
ГБДОУ № 32-2
Проскурина О.А./

МЕНЮ

18 сентября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	40	3,9	11,9	10,4	164	0,1
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	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			420	10,7	18,9	47,1	422	0,1
II Завтрак								
2012	9.1.5.2	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	100	2,1	0,7	30	137	14,3
Итого			100	2,1	0,7	30	137	14,3
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	1,4	2,1	13,2	66	0
2016	ТТК№ -299	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (говядина б/к, свинина б/к (нежирная), батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	8,5	24,4	10,9	297	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	150	3,2	5,2	21,4	144	10,3
2008	ТТК№ -48	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,1	0,1	21,7	88	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)	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			710	18,2	37	99,3	788	10,3
Уплотненный полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	ТТК№ -205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	130	6	2,3	38,3	198	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 1л)	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	ТТК№ -464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,3	10,9	16,1	137	0
Итого			430	19,7	18,2	81,4	516	3,6
Всего				50,7	74,8	257,8	1863	28,3

Повар

Алексеева Н.П.