

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 87  
Е. Л. Емельянова/**МЕНЮ**  
8 декабря 2025 г.**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                    | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                       |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                    | 30     | 1,25              | 2,94    | 15,99            | 94,20                                    | 4,40                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                   | 205    | 7,20              | 8,30    | 35,00            | 226,40                                   | 0,50                  |
|                               | TKN№028             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 180    | 2,77              | 2,20    | 11,22            | 76,41                                    | 0,47                  |
| Итого                         |                     |                                       | 415    | 11,22             | 13,44   | 62,21            | 397,01                                   | 5,37                  |
| II Завтрак                    |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                   | 187    | 0,93              | 0,19    | 18,85            | 80,27                                    | 3,73                  |
| Итого                         |                     |                                       | 187    | 0,93              | 0,19    | 18,85            | 80,27                                    | 3,73                  |
| Обед                          |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | TKN№015             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 48     | 0,40              | 0,00    | 1,30             | 7,00                                     | 2,00                  |
| 2012                          | 81                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10 | 5,51              | 4,07    | 21,88            | 146,43                                   | 3,10                  |
| 2012                          | 263                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ           | 80     | 11,19             | 4,05    | 5,86             | 104,32                                   | 0,24                  |
| 2008                          | 338                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                | 125    | 1,77              | 0,10    | 8,16             | 72,19                                    | 8,16                  |
|                               | TKN№042             | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                       | 175    | 0,12              | 0,12    | 21,79            | 101,18                                   | 1,06                  |
|                               | TK №003             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 26     | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | TK №004             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 24     | 1,88              | 0,75    | 12,90            | 66,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 688    | 22,57             | 9,29    | 82,49            | 548,12                                   | 14,56                 |
| Полдник                       |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 282                 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)   | 70     | 12,38             | 12,47   | 10,10            | 102,96                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 125                 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ          | 140    | 2,70              | 3,17    | 17,63            | 110,49                                   | 8,20                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 15     | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
|                               | TKN№022             | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ            | 180    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                    | 50     | 3,72              | 6,96    | 24,30            | 100,94                                   | 0,00                  |
|                               | TKN№005             | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.                    | 100    | 2,80              | 2,50    | 4,50             | 56,50                                    | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                       | 555    | 22,60             | 25,22   | 62,93            | 401,89                                   | 8,50                  |
| Всего                         |                     |                                       |        | 57,32             | 48,14   | 226,48           | 1 427,29                                 | 32,16                 |