Утверждаю

Табаринова Юлия Юрьевна

Подписан: Табаринова Юлия Юрьевна
DN: OU=Заведующий, O=ГБДОУ детский сад № 69 Фрунзенского района СПб, CN=Табаринова Юлия Юрьевна, E=69gdou@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: Санкт-Петербург
Дата: 2026.11.20 14:39:34+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

МЕНЮ

20 ноября 2026 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,72	3,83	21,31	125,01	2,34
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	49,52	0,00
Итого			**490**	**11,23**	**12,96**	**58,19**	**391,18**	**2,89**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Итого			**199**	**2,79**	**5,00**	**13,07**	**90,76**	**0,00**
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,05	1,24	6,93	4,95
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	8,45	13,68	20,50	244,72	11,88
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	225	17,25	35,11	37,05	533,36	15,60
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**714**	**30,39**	**49,97**	**101,47**	**982,74**	**32,43**
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	90	7,81	4,60	20,64	170,53	0,00
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	135	2,73	8,64	17,68	160,06	10,45
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	175	12,50	18,31	61,61	455,64	17,67
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,64	0,35	16,92	81,38	0,00
Итого			**620**	**26,44**	**31,95**	**131,05**	**928,46**	**28,36**
Всего				**70,85**	**99,88**	**303,78**	**2 393,14**	**63,68**