



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №1
/Мартынюк А.В./**МЕНЮ**

21 мая 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,65	2,95	21,15	116,36	5,76
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,40	2,51	2,79	37,69	2,05
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14,45	18,06	2,52	230,56	0,20
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,81	2,13	11,37	76,51	0,46
Итого			405	20,31	25,65	37,83	461,12	8,47
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Итого			101	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,34	4,39	5,83	71,08	8,26
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,32	14,54	3,44	201,67	0,63
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,35	4,35	33,25	201,31	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,14	0,04	9,15	35,91	0,17
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,84	12,80	65,34	0,00
Итого			721	26,71	24,32	74,28	623,54	11,06
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	13,61	11,95	12,80	216,88	18,14
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	10,07	43,13	2,15
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,84	12,80	65,34	0,00
2008	435	КЕФИР	107	3,10	2,67	4,28	56,69	0,75
Итого			510	20,36	15,67	50,55	433,04	21,04
Всего				67,78	65,98	173,05	1 564,94	42,58