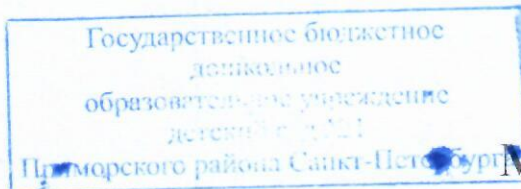


Утверждаю



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

# МЕНЮ

30 мая 2025 г.

Если 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                          | 30       | 1,91              | 6,44    | 12,91            | 117,28                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130/3    | 3,52              | 5,34    | 14,42            | 120,29                                   | 0,38                  |
|                               |                     | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 185      | 0,14              | 0,00    | 6,24             | 25,47                                    | 0,03                  |
| Итого                         |                     |                                             | 348      | 5,57              | 11,78   | 33,57            | 263,04                                   | 0,41                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                              | 178      | 0,89              | 0,18    | 17,95            | 76,41                                    | 3,55                  |
| Итого                         |                     |                                             | 178      | 0,89              | 0,18    | 17,95            | 76,41                                    | 3,55                  |
| Обед                          |                     |                                             |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                             | 40       | 0,62              | 2,37    | 3,29             | 37,58                                    | 0,10                  |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ        | 150/10/5 | 2,94              | 7,43    | 7,52             | 111,55                                   | 3,81                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                               | 55       | 8,89              | 13,50   | 2,13             | 165,49                                   | 0,34                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 105      | 3,68              | 3,51    | 23,44            | 140,12                                   | 0,00                  |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                       | 150      | 0,10              | 0,10    | 18,10            | 73,50                                    | 0,60                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ         | 3        | 1,36              | 0,16    | 8,56             | 41,36                                    | 0,00                  |
|                               |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 20       | 1,46              | 0,67    | 10,24            | 52,27                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 538      | 19,05             | 27,74   | 73,28            | 621,87                                   | 4,85                  |
| Полдник                       |                     |                                             |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                | 37       | 4,90              | 4,50    | 0,30             | 63,00                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                               | 43       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                         | 110      | 12,49             | 12,75   | 12,68            | 215,50                                   | 6,39                  |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА                    | 150      | 0,63              | 0,07    | 14,36            | 61,27                                    | 0,14                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ         | 3        | 1,33              | 0,16    | 8,51             | 41,23                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                       | 105      | 3,04              | 2,62    | 4,19             | 55,54                                    | 0,73                  |
| Итого                         |                     |                                             | 448      | 22,69             | 20,10   | 41,04            | 442,14                                   | 8,86                  |
| Всего                         |                     |                                             |          | 48,20             | 59,80   | 165,84           | 1 403,46                                 | 17,67                 |