



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

МЕНЮ

12 августа 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,89	4,85	12,81	102,48	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,29	18,65	2,80	240,30	0,22
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,75	3,10	11,23	88,93	0,58
Итого			410	22,43	29,30	29,84	472,21	3,00
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Итого			100	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,80	40,89	1,49
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,30	5,57	11,12	110,05	4,49
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,95	15,77	11,25	230,75	0,45
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,35	5,49	15,29	119,38	6,47
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,55	0,12	23,50	98,29	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,90	15,48	79,20	0,00
Итого			725	21,88	28,14	93,26	739,76	12,90
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,37	1,80	10,72	74,68	6,57
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	60	4,56	6,00	51,84	267,60	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,04	10,30	40,40	0,19
2008	435	РЯЖЕНКА	101	3,00	1,00	4,30	40,00	0,50
Итого			571	16,69	13,54	87,97	534,58	7,26
Всего				61,40	71,32	221,46	1 793,79	25,17