



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

МЕНЮ

12 августа 2025 г.

Если 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	35	2,24	5,70	15,17	121,06	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,43	2,50	2,86	38,61	2,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	15,85	19,99	2,90	255,00	0,23
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,99	4,16	14,34	116,24	0,81
Итого			435	24,51	32,35	35,27	530,91	3,26
II Завтрак								
		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	45	0,40	0,05	3,72	38,94	1,30
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,73	6,20	11,76	120,40	4,74
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,79	11,22	9,34	183,34	0,46
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	130	2,08	4,75	13,20	103,09	5,56
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,52	0,12	20,71	86,91	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			600	20,31	23,17	77,99	626,18	12,06
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,65	1,66	6,99	54,83	4,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,10	0,03	7,95	31,11	0,14
2008	435	РЯЖЕНКА	121	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			496	15,21	12,75	50,32	381,74	5,54
Всего				60,43	68,61	173,96	1 586,07	22,87