



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

**МЕНЮ**

29 августа 2025 г.

Сад 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                          | 2                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                        | 40       | 2,57              | 5,07    | 17,53            | 126,11                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5    | 5,81              | 7,50    | 31,39            | 217,18                                   | 0,70                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180/6    | 0,10              | 0,00    | 5,99             | 24,32                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                           | 431      | 8,48              | 12,57   | 54,91            | 367,61                                   | 0,72                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                            | 175      | 0,76              | 0,12    | 20,43            | 85,91                                    | 5,34                  |
| Итого                         |                     |                                           | 175      | 0,76              | 0,12    | 20,43            | 85,91                                    | 5,34                  |
| Обед                          |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                           | 50       | 0,78              | 2,81    | 3,88             | 44,23                                    | 1,84                  |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ      | 200/10/5 | 3,31              | 6,68    | 10,34            | 117,04                                   | 5,30                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                             | 75       | 11,41             | 13,05   | 2,65             | 173,57                                   | 0,45                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ            | 180      | 4,75              | 4,04    | 23,05            | 144,70                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№047              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                     | 180      | 0,15              | 0,11    | 11,32            | 47,29                                    | 0,73                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 30       | 2,04              | 0,24    | 12,72            | 61,20                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 29       | 2,26              | 0,90    | 15,48            | 79,20                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 759      | 24,70             | 27,83   | 79,44            | 667,23                                   | 8,32                  |
| Полдник                       |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                             | 43       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                       | 150      | 15,38             | 13,40   | 16,73            | 248,98                                   | 8,45                  |
|                               | ТК№044              | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                          | 180      | 1,09              | 0,08    | 19,95            | 85,83                                    | 0,32                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 20       | 1,37              | 0,16    | 8,52             | 41,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                     | 108      | 3,13              | 2,70    | 4,32             | 57,20                                    | 0,76                  |
| Итого                         |                     |                                           | 501      | 21,27             | 16,34   | 50,52            | 438,61                                   | 11,13                 |
| Всего                         |                     |                                           |          | 55,21             | 56,86   | 205,30           | 1 559,36                                 | 25,51                 |