



Утверждаю

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

МЕНЮ

3 сентября 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	1,72	3,03	21,44	118,56	5,62
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,17	18,45	2,81	238,23	0,23
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,94	2,22	11,91	79,97	0,48
Итого			420	21,33	26,40	39,16	477,26	8,53
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ/ЯБЛОКО	100	0,40	0,36	9,77	46,12	8,24
Итого			100	0,40	0,36	9,77	46,12	8,24
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/СОЛЕННЫЙ	50	0,39	0,05	0,96	6,57	3,18
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,38	3,95	6,09	68,37	8,65
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,96	14,98	3,46	208,34	0,66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,24	4,21	32,77	197,69	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,15	0,04	8,96	35,19	0,17
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,84	12,80	65,34	0,00
Итого			726	27,28	24,23	73,55	622,73	12,66
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,07	12,37	12,72	221,85	17,92
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	9,96	42,83	2,27
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,84	12,80	65,34	0,00
2008	435	КЕФИР	114	3,31	2,85	4,56	60,45	0,80
Итого			524	21,04	16,27	50,64	441,47	20,99
Всего				70,05	67,26	173,12	1 587,58	50,42