



Утверждаю

 Заведующий  
 ГБДОУ детский сад №1  
 Мартынюк А.В.
**МЕНЮ**

4 сентября 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 1,91              | 4,91    | 12,93            | 103,63                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                 | 205      | 5,45              | 7,19    | 23,19            | 179,54                                   | 0,63                  |
|                               | ТК№043              | КАКАО С МОЛОКОМ                                          | 185      | 3,85              | 3,16    | 11,33            | 90,38                                    | 0,59                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 420      | 11,21             | 15,26   | 47,45            | 373,55                                   | 1,22                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                             | 180      | 0,96              | 0,24    | 17,80            | 78,00                                    | 1,44                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 180      | 0,96              | 0,24    | 17,80            | 78,00                                    | 1,44                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 43                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                       | 50       | 0,82              | 7,75    | 6,12             | 97,92                                    | 3,98                  |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 3,16              | 5,42    | 8,11             | 96,49                                    | 5,50                  |
| 2012                          | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                 | 85       | 11,19             | 6,16    | 7,37             | 129,59                                   | 0,40                  |
| 2008                          | 129                 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ                  | 150      | 2,40              | 1,85    | 10,94            | 76,04                                    | 6,72                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 180/6    | 0,10              | 0,00    | 5,95             | 24,22                                    | 0,02                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 30       | 2,04              | 0,24    | 12,72            | 61,20                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 30       | 2,26              | 0,90    | 15,48            | 79,20                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 746      | 21,97             | 22,32   | 66,69            | 564,66                                   | 16,62                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 170      | 29,90             | 15,37   | 27,20            | 368,15                                   | 0,26                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 201      | 6,00              | 4,00    | 9,80             | 98,90                                    | 1,10                  |
|                               |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                          | 102      | 0,80              | 0,20    | 7,50             | 38,00                                    | 15,20                 |
|                               | ТК№018              | ПЕЧЕНЬЕ                                                  | 40       | 3,05              | 4,01    | 34,74            | 148,30                                   | 0,00                  |
|                               |                     | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ                      | 116      | 2,80              | 2,50    | 4,50             | 56,50                                    | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 629      | 42,55             | 26,08   | 83,74            | 709,85                                   | 16,86                 |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 76,69             | 63,90   | 215,68           | 1 726,06                                 | 36,14                 |