



Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,66	4,31	12,55	108,37	0,09
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,07	3,36	12,24	93,18	0,63
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	105	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			490	12,00	12,89	55,20	338,19	39,40
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,79	4,99	13,05	90,64	1,10
Итого			199	2,79	4,99	13,05	90,64	1,10
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	5,35	7,58	13,09	141,94	6,20
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	75	12,23	12,04	9,66	195,92	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			700	23,37	23,02	82,08	639,23	8,90
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	215	21,15	25,60	33,83	450,34	1,92
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,51	8,91	13,82	164,48	0,04
Итого			480	29,22	34,91	76,43	743,21	5,56
Всего				67,38	75,81	226,76	1 861,27	54,96