

Утверждаю

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

## МЕНЮ

19 сентября 2025 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,38	3,08	17,14	100,57	1,88
2024	TK № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	6,17	5,64	29,20	192,88	0,58
2024	TK № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2024	TK № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	107	3,00	2,68	4,83	60,48	0,75
<b>Итого</b>			<b>487</b>	<b>13,49</b>	<b>13,83</b>	<b>61,90</b>	<b>431,09</b>	<b>3,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,75	1,10
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>2,79</b>	<b>5,00</b>	<b>13,07</b>	<b>90,75</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175,15/10	7,52	6,99	11,52	142,90	6,44
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	17,25	17,15	33,48	357,40	15,91
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>686</b>	<b>28,71</b>	<b>25,03</b>	<b>83,79</b>	<b>678,83</b>	<b>27,35</b>
<b>Полдник</b>								
2024	TK № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	75	6,25	3,68	16,32	136,43	0,62
2024	TK № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОШЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,75	8,63	17,43	158,92	11,06
2024	TK № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	63	3,94	5,83	20,57	150,97	6,03
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>16,02</b>	<b>18,50</b>	<b>83,56</b>	<b>578,56</b>	<b>17,95</b>
<b>Всего</b>				<b>61,01</b>	<b>62,36</b>	<b>242,32</b>	<b>1 779,23</b>	<b>50,16</b>