



Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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	25	1,16	2,59	14,42	84,59	1,58
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,20	6,21	26,68	183,86	0,47
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			445	6,90	9,20	56,99	340,31	6,08
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Итого			190	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	45	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	3,93	5,46	8,95	105,00	3,39
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	10,95	9,84	10,18	172,88	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,25	9,88	22,89	194,26	10,58
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			700	23,05	26,36	87,08	682,48	53,97
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	190	10,95	15,09	22,97	272,14	11,38
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	195/6	0,18	0,01	7,75	32,85	1,04
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,83	3,95	38,38	208,18	0,00
Итого			476	17,62	19,27	79,70	564,16	12,42
Всего				50,50	59,83	237,26	1 677,84	73,87