



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1
/Мартынюк А.В./**МЕНЮ****3 октября 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	35	1,46	3,26	18,12	106,32	1,99
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,29	2,71	12,02	86,46	0,61
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	112	3,14	2,80	5,05	63,33	0,78
Итого			497	11,66	12,97	56,83	395,60	3,90
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	213	2,94	5,27	13,77	95,64	1,16
Итого			213	2,94	5,27	13,77	95,64	1,16
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	7,96	7,65	12,21	154,61	6,70
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	17,87	17,77	33,50	365,62	15,94
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	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			690	29,77	26,31	84,50	698,76	27,64
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	75	6,49	3,82	17,15	141,67	0,65
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	135	2,46	8,59	16,12	152,21	10,10
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,00	5,85	20,52	151,08	6,04
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			485	16,03	18,62	82,83	577,20	17,03
Всего				60,40	63,17	237,93	1 767,20	49,73