



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

Мартынюк А.В./

МЕНЮ

10 ноября 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	30	3,97	3,67	10,69	92,35	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	98	0,88	0,20	7,92	42,04	58,66
Итого			478	10,97	12,24	53,16	362,39	60,05
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,41	1,10	1,27	16,58	5,20
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10	3,61	2,16	10,81	77,33	2,80
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	9,20	9,88	8,14	193,75	13,79
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	125	1,39	2,43	7,80	59,27	7,07
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,97	0,26	12,59	60,58	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			705	18,76	16,63	69,17	538,26	28,86
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,41	4,31	20,24	126,70	0,19
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	145	2,84	2,23	4,36	123,48	11,65
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,21	77,53	3,61
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,64	0,22	10,47	50,35	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			475	18,44	18,08	78,23	553,36	15,45
Всего				50,96	51,95	213,63	1 544,77	105,46