



Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,41	3,15	17,50	102,67	1,92
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,39	6,98	31,51	215,07	0,53
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	107	0,43	0,43	10,50	50,35	4,28
Итого			467	8,37	10,56	65,60	392,95	6,76
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	206	3,02	5,15	13,89	93,62	1,44
Итого			206	3,02	5,15	13,89	93,62	1,44
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	51	0,64	0,05	2,43	12,86	40,80
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,80	11,42	10,46	195,48	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	265	5,84	17,78	41,18	349,48	19,04
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			826	25,68	33,42	101,70	853,50	64,61
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	205	10,79	13,29	15,75	288,40	11,43
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,19	0,01	8,03	34,11	1,18
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,98	3,95	39,57	213,71	0,00
Итого			490	17,62	17,47	73,95	587,21	12,61
Всего				54,69	66,60	255,14	1 927,28	85,42