



Утверждаю

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

МЕНЮ

5 декабря 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	1,25	2,79	15,54	91,17	1,71
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	0,39	0,39	9,51	45,59	3,88
Итого			457	10,15	11,50	51,65	355,77	6,14
		II Завтрак						
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	198	2,90	4,95	13,35	89,93	1,39
Итого			198	2,90	4,95	13,35	89,93	1,39
		Обед						
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	49	0,62	0,05	2,33	12,35	39,19
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	11,99	10,69	9,87	183,44	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	145	3,15	9,58	22,20	188,43	10,27
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			704	22,16	24,49	82,03	679,90	54,23
		Полдник						
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	195	10,17	12,51	14,83	271,60	10,77
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,18	0,01	7,50	31,91	1,10
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,70	3,71	37,21	200,77	0,00
Итого			480	16,71	16,45	70,14	555,27	11,87
Всего				51,92	57,39	217,17	1 680,87	73,63