



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

МЕНЮ

10 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	1,20	2,68	14,90	87,41	1,64
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	89	0,86	0,21	8,04	40,71	33,93
Итого			469	10,34	11,67	50,72	348,18	36,66
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	2,66	4,75	12,48	85,57	0,57
Итого			190	2,66	4,75	12,48	85,57	0,57
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	45	3,04	3,21	5,21	61,92	2,63
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	4,27
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	6,97	9,06	17,85	175,37	0,51
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	210	4,17	3,18	17,07	115,08	14,85
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			751	19,73	20,63	96,50	659,33	22,42
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	45	1,78	1,88	7,99	55,99	0,91
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	190	11,56	13,99	27,94	292,08	0,37
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			435	15,74	16,63	64,39	477,87	4,88
Всего				48,47	53,68	224,09	1 570,95	64,53