



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

МЕНЮ

18 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,47	4,13	12,03	103,90	0,08
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,10	3,39	12,34	93,96	0,64
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	116	1,12	0,28	10,53	53,35	44,46
Итого			501	12,00	12,78	56,31	392,25	45,86
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	193	2,71	4,85	12,68	88,04	1,07
Итого			193	2,71	4,85	12,68	88,04	1,07
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,56	3,14	1,77	38,66	13,71
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	190/8/12	3,40	7,44	25,57	174,91	5,96
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	75	12,59	12,32	9,66	199,91	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			710	21,94	26,25	95,48	708,35	19,87
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	9,47	7,97	37,14	275,41	16,24
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	183	0,91	0,18	18,36	78,17	3,64
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,51	8,91	13,81	164,38	0,04
Итого			488	17,55	17,28	79,91	568,95	19,92
Всего				54,20	61,16	244,38	1 757,59	86,72