



Утверждаю

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

22 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	30	4,29	3,97	11,55	99,78	0,08
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	106	0,95	0,21	8,59	45,58	63,60
Итого			486	11,36	12,55	54,69	373,36	65,00
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	196	2,73	4,90	12,81	88,94	1,08
Итого			196	2,73	4,90	12,81	88,94	1,08
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	55	0,41	1,11	1,28	16,73	5,25
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10	3,64	2,03	10,99	77,02	2,78
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	9,57	10,27	8,47	201,43	14,34
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	135	1,51	2,64	8,46	64,30	7,67
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	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			720	19,30	17,11	70,48	551,42	30,04
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	9,41	4,31	20,24	126,70	0,19
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,73	2,14	4,19	118,73	11,20
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	179	0,00	0,00	18,32	73,30	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	31	1,82	10,72	12,46	113,09	0,00
Итого			475	17,50	18,12	78,66	548,31	11,39
Всего				50,89	52,68	216,64	1 562,03	107,51