



Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №1  
(Мартынюк А.В.)

## МЕНЮ

15 января 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,85	3,56	10,36	89,51	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,84	3,17	11,56	87,98	0,60
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,79	0,19	7,30	37,20	39,03
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>10,79</b>	<b>11,90</b>	<b>50,63</b>	<b>355,73</b>	<b>40,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
<b>Итого</b>			<b>201</b>	<b>2,79</b>	<b>5,00</b>	<b>13,07</b>	<b>90,76</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,42	0,05	0,88	6,76	2,60
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	185/8/12	3,24	7,09	24,38	166,74	5,68
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	75	11,61	11,47	10,17	190,26	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,94	2,74	35,44	188,71	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	1,13	0,43	7,79	39,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>707</b>	<b>20,70</b>	<b>21,99</b>	<b>94,34</b>	<b>660,89</b>	<b>8,48</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	8,96	7,54	35,13	260,53	15,36
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	183	0,92	0,00	23,28	100,83	7,33
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	5,62	9,09	14,10	167,77	0,04
<b>Итого</b>			<b>478</b>	<b>17,16</b>	<b>16,85</b>	<b>83,11</b>	<b>580,12</b>	<b>22,73</b>
<b>Всего</b>				<b>51,44</b>	<b>55,74</b>	<b>241,15</b>	<b>1 687,50</b>	<b>72,69</b>