



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

МЕНЮ

9 февраля 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,05	3,74	10,91	94,20	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	105	1,58	0,53	22,06	100,86	10,53
Итого			465	11,11	12,24	53,89	370,26	11,02
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	204	3,00	5,10	13,31	92,15	1,43
Итого			204	3,00	5,10	13,31	92,15	1,43
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,89	3,20	4,17	50,39	15,29
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/10/20	4,76	4,46	0,68	61,91	0,78
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,91	11,49	2,63	76,49	0,73
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,62	4,87	17,21	123,58	8,01
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,37	0,32	15,14	72,82	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,92	0,74	13,11	66,81	0,00
Итого			717	18,56	25,14	83,60	572,92	25,05
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	185	12,52	15,17	31,74	326,97	0,32
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,38	0,01	3,65	15,01	1,19
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	175	0,87	0,17	17,64	75,11	3,49
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	41	3,06	1,18	20,97	106,90	0,00
Итого			431	16,83	16,53	74,00	523,99	5,00
Всего				49,50	59,01	224,80	1 559,32	42,50