



Утверждаю

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

МЕНЮ

13 апреля 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	3,93	3,63	10,57	91,30	0,07
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	105	0,93	0,21	8,41	44,67	62,33
Итого			485	10,98	12,21	53,53	363,97	63,72
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	203	2,85	5,10	13,33	92,58	1,12
Итого			203	2,85	5,10	13,33	92,58	1,12
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	0,98	1,13	14,72	4,62
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10	3,64	2,03	11,00	77,06	2,80
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	9,29	9,97	8,22	195,50	13,92
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	135	1,48	2,59	8,30	63,02	7,52
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			715	18,94	16,63	69,93	542,24	28,16
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	9,41	4,31	20,24	126,70	0,19
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,89	2,27	4,44	125,85	11,87
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	185	0,00	0,00	19,07	76,26	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	28	1,66	9,79	11,37	103,21	0,00
Итого			488	17,50	17,32	78,57	548,51	12,06
Всего				50,27	51,26	215,36	1 547,30	105,76