



Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №1  
Мартынюк А.В.

**МЕНЮ**

21 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,76
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>9,94</b>	<b>11,93</b>	<b>44,12</b>	<b>324,75</b>	<b>3,48</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	202	2,82	5,05	13,20	91,67	1,11
<b>Итого</b>			<b>202</b>	<b>2,82</b>	<b>5,05</b>	<b>13,20</b>	<b>91,67</b>	<b>1,11</b>
<b>Обед</b>								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,54	3,05	1,72	37,53	13,32
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	3,91	4,34	11,40	100,32	3,76
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	215	11,01	10,75	42,20	299,76	19,68
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>18,24</b>	<b>18,98</b>	<b>88,44</b>	<b>601,30</b>	<b>37,08</b>
<b>Полдник</b>								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,66	9,15	18,13	208,00	0,20
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,38	5,78	19,47	143,76	8,93
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	186	1,67	0,19	17,61	74,16	11,12
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00
<b>Итого</b>			<b>442</b>	<b>16,28</b>	<b>17,31</b>	<b>77,19</b>	<b>544,08</b>	<b>20,25</b>
<b>Всего</b>				<b>47,28</b>	<b>53,27</b>	<b>222,95</b>	<b>1 561,80</b>	<b>61,92</b>