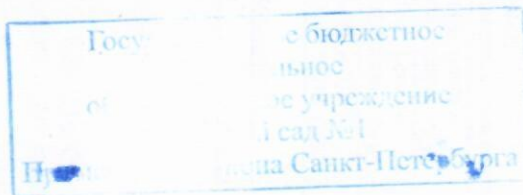


Утверждаю

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



МЕНЮ

30 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,67	3,39	9,87	85,26	0,07
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,86	5,22	31,13	195,60	1,90
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,64	2,99	10,95	86,34	0,56
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	94	0,38	0,38	9,22	44,22	3,70
Итого			449	13,55	11,98	61,17	411,42	6,17
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	188	2,75	4,70	12,67	85,36	1,31
Итого			188	2,75	4,70	12,67	85,36	1,31
Обед								
2024	ТК № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	2,90	5,80	3,24	77,28	1,62
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67	6,10
2024	ТК № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	7,43	2,60	5,19	74,11	0,69
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,67	2,56	18,02	106,09	8,73
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,97	122,13	0,18
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,07	0,27	13,22	63,57	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,72	64,82	0,00
Итого			701	19,45	17,23	85,28	618,67	17,52
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,98	4,50	0,27	61,53	0,00
2024	ТК № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	11,83	13,78	12,19	221,05	19,21
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	183	0,89	0,17	17,95	76,43	1,46
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,38	0,19	8,87	42,68	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	3,54	3,38	28,66	157,66	2,09
Итого			499	22,62	22,02	67,94	559,35	22,76
Всего				58,37	55,93	227,06	1 674,80	47,68