

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,45	3,23	17,99	105,54	1,98
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	107	0,43	0,43	10,49	50,32	4,28
Итого			467	10,39	11,98	55,08	374,87	6,81
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Итого			200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	57	0,71	0,06	2,67	14,17	44,94
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	13,68	12,08	10,91	206,83	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	200	4,33	13,17	30,52	259,01	14,11
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,33	0,30	14,88	71,59	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,02	18,04	91,96	0,00
Итого			782	25,84	29,67	96,51	799,45	63,82
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	210	10,80	13,29	15,75	288,46	11,44
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,18	0,01	7,67	32,67	1,15
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,81	0,24	11,55	55,58	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,82	3,76	38,41	206,54	0,00
Итого			497	17,61	17,30	73,38	583,25	12,59
Всего				56,77	63,95	238,46	1 848,46	84,62