



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

МЕНЮ

23 июня 2026 г.

аллергики САД

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								
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,82	1,10	19,28	98,25	0,00
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,02	8,45	33,16	228,74	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	137	0,55	0,41	14,17	64,68	0,00
Итого			505	8,53	9,96	72,70	416,53	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	65	0,74	4,17	2,35	51,27	16,84
2024	TK № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15	7,20	9,60	11,81	162,81	9,64
2024	TK № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	85	11,43	15,05	14,68	239,73	2,85
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	6,94	3,25	44,46	234,92	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,27	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,43	7,75	39,53	0,00
Итого			725	29,46	32,80	100,97	817,39	29,46
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	95	12,77	12,98	3,50	181,76	0,68
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	165	3,97	0,48	6,67	47,67	47,18
2024	TK № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,34	0,08	11,35	67,98	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,27	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,44	0,95	16,71	85,15	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	65	5,43	3,08	41,51	215,11	0,15
Итого			568	26,93	17,84	92,46	658,86	48,01
Всего				65,92	60,80	286,33	1 978,78	88,37