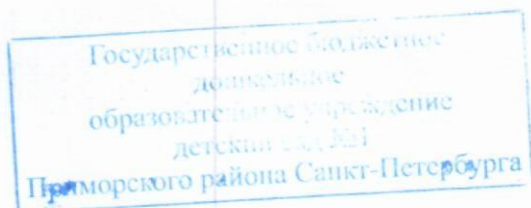


Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

**МЕНЮ**

3 июля 2026 г.

аллергии САД

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вит- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,62	0,60	24,86	109,20	8,00
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,41	6,95	32,53	210,33	0,00
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	135	0,54	0,54	13,16	63,14	5,37
Итого			505	6,71	8,09	76,64	407,53	13,40
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								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	75	0,94	0,07	3,56	18,85	5,33
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10	5,41	6,95	8,66	119,24	8,11
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	95	16,70	15,92	14,28	266,96	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ	205	3,41	10,35	26,80	214,47	13,55
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	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			805	30,75	34,42	95,98	817,25	81,45
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	265	16,19	20,87	30,12	373,68	14,10
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,78	0,24	11,34	54,56	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	6,42	7,24	53,61	304,86	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			552	24,53	28,35	101,16	757,96	14,13
Всего				62,99	71,06	293,98	2 068,74	112,98