

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Гумянцева А.Г./

МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

Сад 12 часов



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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	200/5	4,46	0,50	31,19	147,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			428	10,56	12,40	50,52	360,40	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	145	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			145	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	59	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,16	4,59	7,58	88,53	3,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,35	12,13	3,74	173,25	0,39
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	80	12,77	10,70	3,62	161,28	0,25
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,07	5,04	19,61	136,84	9,06
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	150	2,48	4,45	18,79	125,56	9,04
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			739	23,28	22,68	76,31	605,36	14,35
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	20,84	28,11	30,30	457,62	0,67
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	4,87	2,77	17,06	113,02	0,06
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (аллергии)	55	4,16	6,82	27,75	173,78	0,00
Итого			450	32,95	33,11	61,47	775,54	3,73
Всего				67,39	68,79	203,10	1 807,60	25,68