

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Румянцева А.Г./

## МЕНЮ

30 декабря 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,57	3,29	9,64	83,04	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	3,00	0,29	23,77	108,64	0,00
ТК№040		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,77</b>	<b>14,09</b>	<b>50,24</b>	<b>363,04</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	176	0,88	0,18	17,82	81,18	3,53
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>0,88</b>	<b>0,18</b>	<b>17,82</b>	<b>81,18</b>	<b>3,53</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	3,99	5,02	12,05	111,85	6,56
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/5	1,60	0,29	11,90	56,92	7,61
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	75	15,78	8,86	2,82	172,17	12,04
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,67	6,79	14,25	134,86	11,09
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергики)	155	2,36	5,64	13,96	116,89	11,04
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,77	0,05	29,09	120,41	0,24
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>707</b>	<b>27,51</b>	<b>21,71</b>	<b>85,11</b>	<b>673,39</b>	<b>31,93</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	16,29	11,32	13,53	226,19	0,18
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ (аллергики)	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,89	2,28	6,44	38,61	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,88	3,92	9,60	96,92	1,08
к/к	к/к	Вода питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК № 052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	84	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)		0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,41	7,77	35,67	229,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>28,27</b>	<b>25,49</b>	<b>72,74</b>	<b>629,55</b>	<b>16,56</b>
<b>Всего</b>				<b>69,43</b>	<b>61,47</b>	<b>225,91</b>	<b>1 747,16</b>	<b>53,09</b>