

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

3 октября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,22	4,98	12,85	117,90	0,10
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики)	200	1,80	0,36	20,46	92,24	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,07	0,00	9,82	39,51	0,01
Итого			420	14,62	17,78	53,25	403,90	1,40
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	118	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			118	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,56	3,24	38,11	1,52
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,98	4,79	11,73	110,47	6,08
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190	17,49	18,51	26,65	343,04	11,95
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	55	1,09	2,18	3,27	40,66	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			735	28,05	28,99	75,39	751,28	19,85
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (аллергики)		0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	145	6,79	7,42	28,74	209,20	0,14
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2014	249	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	65	4,35	3,29	27,91	158,67	0,00
Итого			447	11,86	10,81	67,07	415,87	6,24
Всего				55,13	58,08	211,21	1 641,55	30,49