

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

**МЕНЮ**

9 сентября 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	3,97	3,73	10,28	91,21	0,07
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	9	2,11	2,68	0,00	33,09	0,06
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	205	1,70	0,24	22,79	100,10	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ БЕЗ САХАРА (аллергики)	205	4,69	6,80	22,88	172,03	0,55
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ БЕЗ САХАРА (аллергики)	180	2,78	2,31	4,62	50,96	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,24</b>	<b>14,63</b>	<b>51,78</b>	<b>373,21</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	178	0,89	0,18	17,96	81,78	3,56
2008		ГРУША (аллергики)	113	0,45	0,34	11,59	52,88	5,63
<b>Итого</b>			<b>178</b>	<b>0,89</b>	<b>0,18</b>	<b>17,96</b>	<b>81,78</b>	<b>3,56</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	54	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,87	6,31	12,46	128,65	6,56
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	17,38	9,29	3,01	184,93	13,36
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,91	7,10	15,11	142,38	13,06
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,69	0,04	26,58	110,01	0,22
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>739</b>	<b>30,15</b>	<b>23,73</b>	<b>84,06</b>	<b>700,07</b>	<b>35,20</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,71	12,44	17,02	260,10	0,20
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА БЕЗ САХАРА (аллергики)	100	18,47	9,38	9,45	201,95	0,21
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,92	2,35	6,63	39,78	0,10
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ БЕЗ САХАРА (аллергики)	55	1,26	4,69	4,60	65,58	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	6,30	4,20	10,29	103,85	1,16
к/к	к/к	Вода питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	103	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	113	0,45	0,34	11,59	52,88	5,63
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,45	8,68	36,05	239,89	0,00
<b>Итого</b>			<b>528</b>	<b>31,18</b>	<b>27,87</b>	<b>77,49</b>	<b>681,62</b>	<b>16,66</b>
<b>Всего</b>				<b>74,46</b>	<b>66,41</b>	<b>231,29</b>	<b>1 836,68</b>	<b>56,49</b>