

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

15 августа 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,07	3,05	23,00	98,86	2,62
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	205	1,81	0,26	22,37	99,04	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			436	7,17	9,85	59,30	364,86	3,12
II Завтрак								
2008	442	СОК	189	0,94	0,19	19,06	86,79	3,77
Итого			189	0,94	0,19	19,06	86,79	3,77
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	2,95	3,34	42,16	1,56
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	42	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,35	6,23	10,42	113,55	5,35
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,19	3,92	9,11	132,59	0,49
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики)	30	1,66	0,25	10,54	50,80	0,00
Итого			704	21,81	17,57	87,49	615,30	8,10
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	34	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	125	11,99	10,59	16,77	210,34	8,48
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,12	3,28	28,48	159,74	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
Итого			417	18,81	14,11	83,97	538,88	10,38
Всего				48,73	41,72	249,82	1 605,83	25,37