

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

15 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		
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	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ БЕЗ САХАРА (аллергики)	150	4,31	5,14	19,43	140,85	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200/5	4,46	0,50	29,58	140,55	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ БЕЗ САХАРА (аллергики)	180/6	0,22	0,01	0,60	5,71	2,21
Итого			428	10,56	12,40	50,52	360,40	1,60
II Завтрак								
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	113	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			113	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	64	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,32	4,87	7,76	92,32	3,16
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	85	12,98	12,26	3,89	177,59	0,41
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,15	5,32	19,83	140,46	9,12
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ БЕЗ САХАРА (аллергики)	180	0,11	0,11	2,52	12,08	1,06
	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			749	24,15	23,37	76,86	617,11	14,59
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	23,12	30,17	33,63	498,72	0,66
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	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	5,11	2,79	17,67	116,79	0,06
Итого			465	35,47	35,19	65,41	820,41	3,72
Всего				70,58	71,36	202,59	1 844,92	23,91