

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

18 августа 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	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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200/5	4,83	0,54	31,77	151,19	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК№038	ЧАЙ (аллергики)	180/6/7	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			428	10,56	12,40	50,52	360,40	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	152	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			152	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	49	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,25	4,60	7,79	89,84	3,19
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	11,35	12,03	3,54	167,67	0,35
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/40	21,90	22,33	4,44	305,73	0,50
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,11	5,02	20,31	139,69	9,43
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	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
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики)	20	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
Итого			724	22,41	22,57	77,02	603,94	14,87
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	20,34	27,55	33,45	463,19	0,71
	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	5,01	2,99	17,17	116,02	0,06
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			450	32,59	32,77	64,73	784,11	3,77
Всего				66,16	68,34	207,07	1 814,75	26,24