

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Румянцева А.Г./

МЕНЮ

29 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,11	3,11	23,42	100,68	2,66
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	2,04	0,29	24,76	109,80	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			436	7,21	9,91	59,72	366,68	3,16
II Завтрак								
2008	442	СОК	182	0,91	0,18	18,36	83,64	3,64
Итого			182	0,91	0,18	18,36	83,64	3,64
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,52	3,01	3,07	41,44	1,44
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	33	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ	200/10/5	3,14	6,26	10,12	109,77	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,50	4,04	9,39	136,65	0,51
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	3,88	3,30	18,82	118,15	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	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
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики)	30	1,66	0,25	10,54	50,80	0,00
Итого			700	21,74	17,68	86,62	611,21	7,95
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	27	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	125	11,71	10,15	16,68	204,93	8,43
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,33	3,18	29,87	165,18	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
Итого			412	18,74	13,57	85,27	538,91	10,33
Всего				48,60	41,34	249,97	1 600,44	25,08