

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

30 мая 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,07	4,88	12,18	113,72	0,10
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики)	200	1,58	0,33	18,06	81,47	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			420	14,47	17,68	52,58	399,72	1,40
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	118	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			118	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	1,62	3,51	31,04	1,65
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергики)		0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,05	4,39	10,54	102,19	5,16
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	18,89	16,29	26,57	328,53	10,54
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,86	1,73	2,59	32,25	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики)	40	1,66	0,25	10,54	50,80	0,00
Итого			718	29,34	24,98	73,71	713,01	17,65
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергики)		0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	140	7,08	5,16	28,95	190,76	0,13
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	7,91	3,86	29,34	184,30	0,04
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			449	15,71	9,12	68,71	423,06	6,27
Всего				60,12	52,28	210,50	1 606,29	28,32