

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №79
Румянцева А.Г./

МЕНЮ

8 сентября 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	30	1,39	2,08	15,64	67,32	1,78
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ САХАРА (аллергии)	205	7,73	7,85	32,71	233,10	0,60
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергии)	200/5	4,49	5,06	32,20	192,21	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БЕЗ САХАРА (аллергии)	180	3,46	2,55	7,50	67,42	0,55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			415	11,39	12,78	63,34	377,72	2,78
II Завтрак								
2008	442	СОК	180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
2008		ГРУША (аллергии)	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Итого			180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,16	3,97	21,04	140,86	3,12
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,42	15,94	7,82	159,69	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,69	3,11	11,39	84,90	8,34
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,12	0,12	22,25	103,29	1,08
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (аллергии)	175	0,10	0,09	5,89	25,24	0,88
	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
Итого			690	20,37	24,09	87,30	612,74	14,74
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,63	12,73	10,30	105,04	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,03	3,45	19,75	122,91	9,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,31	3,60	29,93	168,99	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	110	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
к/к	к/к	Вода питьевая (аллергии)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			580	30,01	24,51	78,59	658,34	12,50
Всего				62,67	61,56	247,41	1 731,60	33,62