

Утверждаю

И. О. заведующего
ГБДОУ детский сад №79
Оsipova O.H./

МЕНЮ
12 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,52	3,15	10,28	84,06	0,06
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,37	4,28	15,38	105,47	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,77	3,11	11,33	86,27	0,59
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	86	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	88	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			446	10,56	11,48	52,02	356,97	39,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	54	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНОЙ УКРОПА	170/8/12	4,33	8,01	11,39	138,95	5,08
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНОЙ УКРОПА (аллергики)	175/8/12	4,28	6,95	12,72	130,59	5,84
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	65	9,27	9,41	6,61	149,99	0,07
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,16	2,10	33,05	171,89	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,66	6,24	32,47	200,93	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ	180/10	0,04	0,03	7,56	29,33	0,13
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			684	21,64	20,21	75,65	576,75	7,78
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	195	19,53	25,89	32,49	441,41	1,10
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,80	4,35	29,01	182,89	0,03
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (аллергики)	65	5,38	8,67	40,39	260,79	0,00
Итого			442	28,89	30,64	90,28	752,69	4,73
Всего				63,88	67,33	231,02	1 777,17	52,94