

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Румянцева А.Г.

МЕНЮ

24 марта 2026 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	25	1,17	2,62	14,58	85,53	1,60
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	2,81	6,75	23,72	166,74	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	150	0,33	0,00	8,19	34,07	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	103	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
2008		ГРУША (аллергики)	57	0,23	0,17	5,87	26,79	2,85
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	98	2,75	2,45	4,43	55,48	0,69
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			576	10,67	11,82	50,70	358,26	63,31
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	209	2,90	5,20	13,59	94,39	1,14
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			209	2,90	5,20	13,59	94,39	1,14
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,58	3,31	1,84	40,58	13,10
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	3,81	4,64	11,23	102,10	3,79
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	190/10/1	1,03	0,18	6,74	32,80	5,99
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	10,45	10,21	40,07	284,62	18,69
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			666	17,62	19,00	86,26	590,99	35,90
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,31	8,79	17,41	199,76	0,19
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,38	5,78	19,47	143,76	8,93
2012	126	КАРТОФЕЛЬ (аллергики)	155	2,16	5,77	17,44	130,53	8,80
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	183	0,92	0,18	18,52	84,33	3,67
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	22	1,63	2,12	16,12	90,35	0,00
Итого			440	15,23	17,00	77,88	548,79	12,79
Всего				46,42	53,02	228,43	1 592,43	113,14