

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

26 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,75	3,45	10,28	87,77	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,83	4,37	18,89	122,07	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,88	3,20	11,67	88,84	0,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	102	0,98	0,24	9,18	46,51	38,76
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	88	0,35	0,35	8,62	41,36	3,52
Итого			467	10,92	11,87	52,54	364,16	40,11
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	213	2,96	5,30	13,85	96,21	1,17
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			213	2,96	5,30	13,85	96,21	1,17
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	55	0,44	0,05	0,93	7,09	2,73
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	5,12	9,60	12,11	162,56	5,55
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергики)	185/8/12	4,94	7,31	16,53	151,95	7,46
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,29	10,44	7,33	166,47	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	0,01	1,52	0,02	13,76	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,82	30,34	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			680	18,34	22,25	44,40	460,31	8,49
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	195	19,92	26,56	32,49	449,18	1,21
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	172	0,86	0,17	17,45	74,30	3,46
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	6,79	4,18	28,69	180,20	0,04
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (аллергики)	85	7,86	10,91	40,53	291,44	0,00
Итого			447	29,23	31,13	89,23	754,67	4,71
Всего				61,45	70,55	200,02	1 675,35	54,48