

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

# МЕНЮ

27 января 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	30	1,25	2,79	15,54	91,17	1,71
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,49	7,76	27,80	203,41	0,51
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергии)	150	2,72	5,37	23,21	151,80	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,22	2,51	12,90	87,79	0,54
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	150	0,25	0,00	8,57	35,24	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	101	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
2008		ГРУША (аллергии)	66	0,26	0,20	6,80	31,02	3,30
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,80	2,50	4,51	49,52	0,70
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			581	13,66	15,76	68,85	474,89	63,46
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	6,15	5,30	10,18	114,47	1,14
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			207	6,15	5,30	10,18	114,47	1,14
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,59	3,87	1,90	46,03	13,48
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,52	5,66	11,89	116,74	4,01
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	210	10,68	10,43	40,92	290,68	19,08
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			671	18,57	20,80	87,83	617,14	36,89
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,00	5,20	5,91	102,49	0,28
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,80	5,38	18,34	133,47	8,82
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	176	0,88	0,18	17,82	81,18	3,53
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	22	1,62	2,11	16,05	89,94	0,00
Итого			433	14,29	13,00	64,48	437,67	12,63
Всего				52,67	54,86	231,34	1 644,17	114,12