

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ
9 декабря 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,87	3,59	10,28	89,55	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
TK№040		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180/5	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			415	12,14	14,49	51,78	371,55	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК	190	0,95	0,19	19,24	87,62	3,81
Итого			190	0,95	0,19	19,24	87,62	3,81
Обед								
	TK№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2024	TK № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (аллергики)		0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,03	4,90	10,36	101,63	3,51
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	175	16,79	18,27	19,14	308,85	16,27
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			645	24,42	24,26	70,10	598,88	96,78
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	60	7,22	0,40	0,26	125,63	0,78
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	20	1,40	4,29	8,02	76,18	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,54	4,53	8,32	80,57	3,77
	TK№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,88	1,62	28,18	146,83	0,12
Итого			375	14,76	6,79	64,88	472,23	6,07
Всего			52,27	45,73	206,00	1 530,28	107,73	