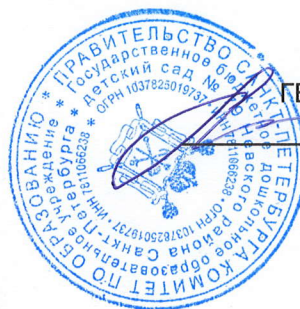


Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./



МЕНЮ

22 июля 2025 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	4,00	3,76	10,28	91,62	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	205	2,04	0,29	24,76	109,80	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180/5	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
Итого			415	12,27	14,66	51,78	373,62	1,08
II Завтрак								
2008	442	СОК	175	0,88	0,18	17,72	80,70	3,51
Итого			175	0,88	0,18	17,72	80,70	3,51
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	51	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,36	5,97	16,10	139,72	6,68
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	185	17,56	19,11	20,02	323,05	17,02
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			664	26,52	26,17	76,72	651,17	100,70
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	65	7,55	0,42	0,27	131,40	0,82
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	75	13,15	10,24	10,47	186,29	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,82	4,50	18,62	126,63	8,97
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,90	1,71	28,20	147,70	0,12
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			445	16,39	6,87	75,21	524,93	11,31
Всего				56,06	47,88	221,43	1 630,42	116,60