

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г.

МЕНЮ

7 мая 2026 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,64	3,30	10,28	85,97	0,06
2024	TK № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	TK № 22	КАША "ДРУЖБА" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,24	5,58	15,83	118,47	0,00
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,80	3,14	11,44	87,13	0,59
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	91	0,87	0,22	8,19	41,50	34,58
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	88	0,35	0,35	8,62	41,36	3,52
Итого			456	10,62	11,64	51,32	355,64	35,91
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	208	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			208	2,90	5,20	13,59	94,39	1,14
Обед								
2024	TK № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,42	0,05	0,90	6,89	2,65
2024	TK № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	175/8/12	4,56	9,22	11,23	152,96	4,89
2024	TK № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергики)	175/8/12	4,18	8,34	13,63	146,48	6,23
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	65	9,48	9,62	6,75	153,28	0,07
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,19	2,06	33,19	172,18	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,66	6,24	32,47	200,93	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,31	28,38	0,12
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			688	22,13	21,59	75,57	593,78	7,73
Полдник								
2024	TK № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	18,17	24,60	33,43	428,09	1,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,89	0,18	18,00	76,63	3,56
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	TK № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,45	3,83	29,46	178,29	0,03
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (аллергики)	85	7,86	10,91	40,53	291,44	0,00
Итого			442	27,17	28,83	91,49	734,00	4,79
Всего				62,82	67,26	231,97	1 777,81	49,57