

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./

МЕНЮ

10 сентября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,61	3,60	20,02	117,44	2,20
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,61	0,23	22,86	99,96	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			485	10,85	12,62	56,80	383,10	41,29
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,43	3,63	5,88	69,86	2,97
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	5,75	2,28	8,56	78,13	4,62
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	85	8,78	11,42	22,49	220,92	0,64
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	160	3,35	4,32	13,99	109,43	12,35
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,19	9,16	44,05	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,77	13,49	68,78	0,00
Итого			729	25,00	22,70	87,61	650,54	20,74
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	55	2,08	2,20	9,35	65,52	1,07
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	195	12,16	14,72	29,41	307,39	0,39
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	150	2,63	1,32	22,87	113,82	0,00
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	182	0,18	0,36	29,23	121,63	726,15
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,58	0,61	10,79	55,02	0,00
Итого			453	16,00	17,89	78,78	549,56	727,61
Всего				51,85	53,21	223,19	1 583,20	789,64