

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./

МЕНЮ

8 октября 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	30	1,37	3,05	16,99	99,68	1,87
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,68	0,24	22,60	99,28	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 (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	110	1,06	0,26	9,90	50,16	41,80
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	101	0,40	0,30	10,40	47,46	5,05
Итого			490	10,71	12,09	54,67	369,90	44,76
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	222	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	64	0,25	0,25	6,24	29,91	2,55
Итого			222	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,48	3,68	5,96	70,90	3,01
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	8,86	2,47	9,31	95,22	5,01
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	7,47	9,71	19,13	187,95	0,55
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	165	3,53	3,06	15,26	103,90	13,14
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,53	0,21	9,84	47,32	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,07	0,80	14,14	72,05	0,00
Итого			726	27,23	20,02	87,68	636,71	21,87
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	65	2,38	2,52	10,71	75,05	1,22
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	225	13,68	16,55	33,07	345,65	0,43
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ (аллергики)	150	4,17	2,10	30,66	158,19	0,00
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180	0,18	0,36	28,98	120,60	720,00
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,64	0,63	11,21	57,12	0,00
Итого			492	17,88	20,06	83,97	598,42	721,65
Всего				55,82	52,17	226,32	1 605,03	788,28