ГБДОУ д/с 77

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
_____ /Ковалева С.А./

МЕНЮ

13 ноября 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	35	4,16	3,85	11,21	96,79	0,08
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,32	0,26	15,23	68,66	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,97	0,24	9,09	46,06	38,38
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	101	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
Итого			**466**	**11,17**	**12,15**	**52,93**	**369,31**	**39,72**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,82	5,05	13,20	91,67	1,11
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
Итого			**201**	**2,82**	**5,05**	**13,20**	**91,67**	**1,11**
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	1,87	6,27	12,07	117,41	5,39
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,39	10,55	7,41	168,12	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,06	2,38	30,90	165,39	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,03	0,02	4,88	18,94	0,08
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,47	0,20	9,41	45,28	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,23	0,47	8,48	43,23	0,00
Итого			**699**	**20,45**	**19,94**	**74,00**	**564,87**	**8,05**
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	18,89	23,58	32,13	416,00	1,28
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,18	0,36	28,87	120,14	717,24
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,84	0,24	11,77	56,60	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,51	8,92	13,83	164,58	0,04
Итого			**467**	**26,42**	**33,10**	**86,60**	**757,32**	**718,56**
Всего				**60,86**	**70,24**	**226,73**	**1 783,17**	**767,44**