

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./**МЕНЮ**
2 марта 2026 г.**Сад 12 часов**

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	25	3,48	3,21	9,35	80,81	0,06
2024	TK № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2024	TK № 38	КАША ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ (аллергии)	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2024	TK № 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	TK № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	92	0,83	0,18	7,45	39,56	55,20
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
Итого			467	10,43	11,76	51,35	348,37	56,58
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
Итого			201	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	1,05	1,21	15,78	4,95
2024	TK № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	2,67
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	75	8,50	9,12	7,52	178,85	12,73
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	125	1,35	2,37	7,58	57,60	6,87
2024	TK № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,69	0,22	10,81	52,01	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,00	0,77	13,72	69,95	0,00
Итого			703	17,07	19,79	86,20	602,49	27,22
Полдник								
2024	TK № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,87	4,06	19,08	119,41	0,18
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,73	2,14	4,19	118,73	11,20
2024	TK № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,41	0,19	9,01	43,34	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,66	11,57	58,95	0,00
2024	TK № 42	ПРЯНИКИ	27	1,61	9,47	11,01	99,92	0,00
Итого			460	16,72	16,59	61,64	467,44	11,47
Всего				47,01	53,14	212,26	1 509,06	96,37