



ГБДОУ д/с 77  
/Ковалева С.А./

## МЕНЮ

10 апреля 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
			30	1,21	2,71	15,06	88,35	1,65
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ						
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,32	0,38	24,40	114,14	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
		<b>Итого</b>	<b>460</b>	<b>10,12</b>	<b>11,43</b>	<b>51,46</b>	<b>354,36</b>	<b>6,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
			200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ						
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	100	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
		<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>2,93</b>	<b>5,00</b>	<b>13,49</b>	<b>90,89</b>	<b>1,40</b>
<b>Обед</b>								
			50	0,64	0,05	2,40	12,74	40,40
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)						
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,58	6,78	19,19	121,89	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,06	9,72	22,08	192,99	10,01
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,81	0,24	11,58	55,68	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,21	0,85	15,11	77,03	0,00
		<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>18,46</b>	<b>20,68</b>	<b>89,85</b>	<b>616,22</b>	<b>55,18</b>
<b>Полдник</b>								
			200	11,89	16,33	21,94	282,58	10,47
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ						
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,51	0,20	9,65	46,40	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,17	4,19	45,06	182,59	0,00
		<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>18,77</b>	<b>20,73</b>	<b>84,87</b>	<b>546,48</b>	<b>11,62</b>
<b>Всего</b>				<b>50,28</b>	<b>57,84</b>	<b>239,67</b>	<b>1 607,95</b>	<b>74,40</b>