

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77  
И.О Митали Н.С./

# МЕНЮ

16 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,30	2,91	16,18	94,93	1,78
2024	TK № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	TK № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,39	1,20	21,67	106,99	0,00
2024	TK № 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	TK № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
2024	TK № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3,50	3,13	5,64	61,90	0,88
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	100	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>11,55</b>	<b>12,79</b>	<b>53,51</b>	<b>374,08</b>	<b>63,68</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,57	4,60	12,02	83,50	1,01
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>2,57</b>	<b>4,60</b>	<b>12,02</b>	<b>83,50</b>	<b>1,01</b>
<b>Обед</b>								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,56	3,11	1,76	38,29	13,58
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	3,96	4,55	10,73	99,64	3,25
2024	TK № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	10,56	10,32	40,50	287,65	18,89
2024	TK № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,81	0,11	5,22	25,08	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,01	0,39	6,86	34,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>681</b>	<b>17,56</b>	<b>18,75</b>	<b>84,12</b>	<b>579,44</b>	<b>36,04</b>
<b>Полдник</b>								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,31	8,79	17,41	199,76	0,19
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,73	5,02	18,27	129,49	8,83
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,74	4,54	22,18	140,83	11,20
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	1,62	0,18	17,10	72,00	10,80
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,81	0,11	5,22	25,08	0,00
2024	TK № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,60	2,08	15,78	88,45	0,00
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>15,07</b>	<b>16,18</b>	<b>73,78</b>	<b>514,78</b>	<b>19,82</b>
<b>Всего</b>				<b>46,75</b>	<b>52,32</b>	<b>223,43</b>	<b>1 551,80</b>	<b>120,55</b>