



# МЕНЮ

17 июня 2026 г.

Сад 12 часов

ГБДОУ д/с 77  
/И О Митали Н.С./

Сборник рецептов	№ 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,80	9,56	12,01	141,33	0,00
2024	TK № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	200	9,68	3,61	34,13	203,84	51,82
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,51	0,21	20,83	91,29	0,00
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
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>11,68</b>	<b>13,18</b>	<b>54,36</b>	<b>380,08</b>	<b>52,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	3,00	5,10	13,31	92,15	1,43
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,00</b>	<b>5,10</b>	<b>13,31</b>	<b>92,15</b>	<b>1,43</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,56	2,73	1,92	34,99	22,45
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	1,22	5,83	5,56	82,15	7,05
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	5,04	8,59	5,95	144,31	0,46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
2024	TK № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,09
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,49	0,20	9,58	46,09	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,52	0,97	17,27	88,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>18,18</b>	<b>23,30</b>	<b>80,32</b>	<b>629,65</b>	<b>30,05</b>
<b>Полдник</b>								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	7,77	11,16	8,26	189,30	0,45
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	135	1,01	2,60	7,71	59,15	10,96
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,49	0,20	9,58	46,09	0,00
2024	TK № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,97	2,19	33,62	175,74	0,12
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>17,00</b>	<b>16,20</b>	<b>73,37</b>	<b>531,13</b>	<b>11,77</b>
<b>Всего</b>				<b>49,86</b>	<b>57,78</b>	<b>221,36</b>	<b>1 633,01</b>	<b>96,22</b>