

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Картасова Н.Н./

МЕНЮ

1 августа 2025 г.

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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,03	5,10	9,97	106,83	0,04
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,32	7,08	24,51	183,86	0,66
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергии)	180	1,78	0,36	18,69	85,06	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,92	2,36	11,31	78,75	0,54
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	190	0,19	0,00	12,52	50,79	0,04
Итого			395	13,27	14,54	45,79	369,44	1,24
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	123	3,56	3,07	4,91	65,05	0,86
2008		БАНАН (аллергии)	61	0,92	0,31	12,86	58,80	6,13
Итого			123	3,56	3,07	4,91	65,05	0,86
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	0,45	0,06	1,41	7,90	5,64
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,31	4,10	12,09	102,37	4,28
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/1	3,45	6,72	7,30	103,44	4,39
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	10,36	10,82	2,88	150,31	0,46
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	65	10,89	8,30	10,47	160,16	0,40
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	3,04	8,38	13,91	142,85	10,85
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	150	3,04	5,12	14,00	113,94	10,79
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	170	0,51	0,00	28,09	115,74	10,21
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,27	12,81	61,62	0,00
2008		БАТОН	18	1,36	0,53	9,32	47,49	0,00
Итого			710	22,03	24,16	80,51	628,28	31,44
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,89	11,93	12,42
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	140	7,45	8,66	29,53	226,18	0,12
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	140	9,10	6,39	41,13	257,93	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	150/5	5,69	0,67	36,47	174,86	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,38	0,09	20,54	85,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	36	2,73	1,06	18,70	95,32	0,00
2008		БАНАН	61	0,92	0,31	12,86	58,80	6,13
Итого			487	13,35	10,40	92,00	518,12	18,67
Всего				52,21	52,17	223,21	1 580,89	52,21