

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

1 сентября 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,68	0,63	20,25	92,01	5,11
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,53	12,43	18,77	205,23	0,54
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	190	2,35	0,34	29,70	131,21	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,38	2,74	12,69	89,63	0,58
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	155	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			395	9,59	15,80	51,71	386,87	6,23
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	239	6,93	5,98	10,04	129,13	0,72
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	123	0,49	0,49	12,07	57,90	12,32
Итого			239	6,93	5,98	10,04	129,13	0,72
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	90	1,24	4,63	7,27	75,49	3,40
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	6,37	9,95	9,94	166,04	8,89
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/15/10	5,25	3,02	10,00	89,84	9,49
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	210	17,35	16,06	31,74	340,98	16,06
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,80	0,37	17,95	86,36	0,00
2008		БАТОН	21	1,60	0,62	10,94	55,75	0,00
Итого			768	34,90	33,66	98,84	812,88	31,35
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	185	18,51	22,20	12,55	324,99	21,75
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,05	7,08	31,51	1,50
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	9,51	11,67	33,94	279,44	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,42	0,19	9,11	43,83	0,00
2008		ЯБЛОКО	126	0,50	0,50	12,33	59,14	12,58
Итого			587	30,07	34,61	75,01	738,91	35,87
Всего				81,49	90,05	235,60	2 067,79	74,17