

Заведующий

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Крташова Н.Н./

/Крташова Н.Н./

МЕНЮ

1 ноября 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	45	5,99	5,71	14,80	135,63	0,05
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	6,83	7,03	30,87	213,87	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	280	9,39	7,82	22,32	199,44	1,68
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			465	22,21	20,56	67,99	548,94	1,73
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,44	2,93	39,53	2,07
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,59	6,50	8,17	117,42	12,43
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/10	4,09	2,29	7,68	68,19	12,32
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	135	2,77	3,58	20,74	127,04	10,47
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	119	2,31	0,47	18,82	88,88	9,52
2016	271	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	65	7,02	4,45	8,53	102,15	0,15
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	8,33	0,32	0,60	38,43	0,45
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1,58	0,09	28,77	123,54	0,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,99	0,53	25,57	123,01	0,00
2008		БАТОН	54	4,03	1,56	27,63	140,83	0,00
Итого			764	25,44	19,15	122,34	773,52	25,62
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	115	11,19	13,47	21,62	252,85	1,13
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	175	0,21	0,00	11,34	46,17	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,01	0,27	12,85	61,83	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	56	4,22	5,51	41,85	234,56	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	151	1,36	0,30	12,25	65,06	90,78
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			527	18,99	19,55	99,91	660,47	91,95
Всего				70,14	62,39	295,88	2 053,57	120,18