

Утверждаю

Утверждаю

Заведующий

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Картасова Н.Н./

/Картасова Н.Н./

МЕНЮ

2 июня 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	40	5,83	5,99	10,95	122,13	0,05
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,71	7,44	28,81	204,61	0,48
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	180	4,77	2,41	27,85	152,06	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,01	2,40	11,65	80,93	0,51
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,04	0,00	7,82	31,45	0,01
Итого			400	14,55	15,83	51,41	407,67	1,04
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,69	0,88
2008		БАНАН (аллергии)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,69	0,88
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,41	3,56	5,85	62,28	13,54
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,03	5,47	6,43	94,96	9,61
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/10	3,93	2,38	6,28	62,74	9,65
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	120	2,44	3,81	18,38	118,09	9,40
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	109	2,11	0,43	17,27	81,56	8,74
2016	271	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	70	7,94	3,51	6,30	88,41	0,18
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	55	10,53	0,40	0,36	46,92	0,43
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1,26	0,07	28,84	122,09	0,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			760	22,07	17,84	99,08	651,82	33,13
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	14,29	14,38	24,11	283,47	1,14
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	6,09	6,42	31,17	206,76	6,64
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,21	0,00	11,88	48,32	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,00	0,13	6,39	30,76	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	86	0,77	0,17	6,96	36,95	51,56
2008	0,43	БАНАН (АЛЛЕРГИКИ)		1,10	0,40	14,70	67,20	7,00
Итого			481	22,36	21,10	80,51	606,26	59,38
Всего				62,48	57,90	236,64	1 736,44	94,43