

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4
/Карташова Н.Н./**МЕНЮ**
5 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	30	4,72	4,94	8,23	97,09	0,04
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,91	8,77	29,76	226,74	0,91
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергии)	180	2,12	0,41	22,24	101,04	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,90	3,20	13,72	100,13	0,72
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	225	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			410	15,53	16,91	51,71	423,96	1,67
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	149	4,32	3,73	5,96	79,01	1,04
Итого			149	4,32	3,73	5,96	79,01	1,04
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	83	0,67	0,08	2,08	11,67	8,33
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,29	4,43	12,61	107,46	3,66
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	11,03	11,76	3,60	164,53	0,51
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	40	4,75	0,35	24,14	118,72	0,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2,10	4,70	9,89	90,95	9,70
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	145	2,04	0,26	9,82	50,40	9,43
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	175	0,53	0,00	28,95	119,30	10,53
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,74	0,23	11,16	53,67	0,00
2008		БАТОН	15	1,14	0,44	7,85	39,99	0,00
Итого			730	21,50	21,64	76,14	587,57	32,73
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,56	9,88	10,29
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	140	6,70	9,52	24,68	211,41	0,16
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	120/5	4,54	0,53	29,06	139,34	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,31	0,07	20,17	83,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,18	0,16	7,59	36,50	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008		ЯБЛОКО	78	0,31	0,31	7,61	36,50	7,77
Итого			487	11,20	11,01	77,03	455,96	18,22
Всего				52,55	53,29	210,84	1 546,50	53,66