

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Картасова Н.Н./

МЕНЮ

6 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,27	5,34	10,61	112,51	0,11
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	190	5,05	6,95	29,17	200,10	0,57
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	190	1,84	0,26	21,97	97,57	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,16	3,44	13,58	103,14	0,65
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	190	0,19	0,00	12,52	50,79	0,04
Итого			420	14,48	15,73	53,36	415,75	1,33
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	160	4,65	4,01	6,41	84,92	1,12
2008		ГРУША (аллергии)	20	0,08	0,06	2,09	9,52	1,01
Итого			160	4,65	4,01	6,41	84,92	1,12
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	41	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	5,65	6,51	13,87	141,99	5,27
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ (аллергии)	200/10/10	5,17	3,11	13,58	103,69	5,37
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	9,70	0,38	1,14	46,66	0,78
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	60	9,66	0,38	0,95	45,70	0,69
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	125	2,45	2,86	19,94	115,55	10,08
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	126	2,44	0,49	19,92	94,11	10,08
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	1,01	8,52	0,15	81,35	0,18
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	160	0,06	0,06	12,76	52,12	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
Итого			656	21,25	18,63	61,44	505,37	17,91
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	155/13	27,48	21,65	34,43	449,38	2,66
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	180/5	6,67	0,79	42,74	204,91	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	227	6,69	5,77	11,08	124,65	1,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	190	0,19	0,00	12,52	50,79	0,00
2008		ПРЯНИКИ	32	1,88	1,50	23,94	116,81	0,00
2008		ГРУША	19	0,08	0,06	1,99	9,09	0,90
Итого			446	36,13	28,98	71,44	699,93	4,86
Всего				76,51	67,35	192,65	1 705,97	25,29