

Утверждаю

Утверждаю

Заведующий

Заведующий

ГБОУ детский сад №12 Стачек 59/4

ГБОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Карташова Н.Н./

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

7 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	40	5,37	5,43	10,81	114,51	0,05
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,81	7,77	23,01	186,18	0,77
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергии)	180	1,78	0,36	17,08	78,61	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,35	2,73	9,92	78,36	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	155	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			400	14,53	15,93	43,74	379,05	1,44
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	163	4,74	4,09	6,54	86,63	1,14
2008		БАНАН (аллергии)	86	1,29	0,43	18,13	82,88	8,63
Итого			163	4,74	4,09	6,54	86,63	1,14
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,37	0,05	1,15	6,41	4,58
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	210/10/1	7,07	6,23	17,03	152,53	7,46
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	90	13,49	13,59	2,76	187,71	0,61
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	70	11,46	10,13	10,62	179,25	0,39
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-И ВАРИАНТ)	170	2,39	4,66	13,69	106,91	10,42
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-И ВАРИАНТ) (аллергии)	170	3,28	5,46	17,49	131,78	11,44
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	167	0,50	0,00	27,50	113,33	10,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2008		БАТОН	20	1,47	0,57	10,09	51,43	0,00
Итого			747	27,50	25,39	86,35	686,31	33,07
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,50	0,09	1,74	11,00	11,46
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	140	7,50	8,92	26,16	215,09	0,14
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	135/5	4,98	0,59	31,91	153,00	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	165	0,93	0,06	18,12	77,50	0,30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,47	0,20	9,42	45,32	0,00
2008		БАТОН	39	2,96	1,14	20,27	103,34	0,00
2008		БАНАН	86	1,29	0,43	18,13	82,88	8,63
Итого			498	14,65	10,84	93,84	535,13	20,53
Всего				61,42	56,25	230,47	1 687,12	56,18