

Утверждаю

Утверждаю

Заведующий

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

10 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,57	0,59	19,21	87,18	4,90
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,17	7,24	25,13	186,13	0,48
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	190	2,02	0,29	24,54	108,78	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,00	2,41	11,72	81,22	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
Итого			390	9,74	10,24	56,06	354,53	5,90
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	181	5,24	4,52	7,60	97,66	0,54
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	76	0,31	0,31	7,47	35,85	7,63
Итого			181	5,24	4,52	7,60	97,66	0,54
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	0,95	4,03	5,58	62,21	2,61
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	4,44	5,75	6,87	102,93	7,35
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/15/10	4,34	2,50	7,34	70,77	7,99
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	135	11,45	11,43	19,30	225,77	9,76
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			660	25,87	24,08	75,75	592,76	22,72
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	12,90	16,37	10,99	243,88	17,93
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,05	6,79	30,22	1,44
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,08	7,57	32,33	234,38	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,00	0,13	6,40	30,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	76	0,30	0,30	7,46	35,79	7,61
Итого			481	23,40	24,42	63,97	575,07	27,02
Всего				64,25	63,26	203,38	1 620,02	56,18