

Заведующий

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

11 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Завтрак

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Состав Наименование блюда Угле- водность, г Белки, г Жиры, г Угле- воды, г	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,75	4,32	11,84	93,29	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,22	5,02	29,20	187,43	0,45
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	4,04	0,95	28,02	136,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,73	2,21	8,13	63,96	0,51
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	155	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			390	10,70	11,55	49,17	344,68	0,96

II Завтрак

2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	73	0,29	0,29	7,19	34,47	7,33
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88

Обед

2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	3,90	6,16	63,08	3,85
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200	5,59	1,99	22,31	129,73	3,45
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	65	9,01	9,28	5,12	140,02	1,58
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (АЛЛЕРГИКИ)	55	8,86	10,49	4,99	149,69	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	135	2,07	2,94	12,51	84,68	5,62
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	175	0,88	0,00	22,28	96,49	7,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,11	0,28	13,54	65,12	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,73	12,90	65,73	0,00
Итого			682	22,36	19,12	94,82	644,85	21,52

Полдник

к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,04	0,95	5,34	3,81
2008	230	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	10,81	6,65	1,03	106,92	0,44
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	65	15,91	5,03	0,39	110,16	0,45
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,23	3,43	14,73	99,25	6,87
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (АЛЛЕРГИКИ)	120	2,36	0,48	19,19	90,62	9,71
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,39	0,12	15,90	68,00	0,21
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	45	4,81	3,96	29,61	173,36	0,15
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	108	0,86	0,22	8,08	40,93	40,93
2008		ЯБЛОКО (АЛЛЕРГИКИ)	73	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			557	20,38	14,57	76,68	524,40	52,41
Всего				56,94	48,37	226,31	1 584,57	75,77