

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Картасова Н.Н./

МЕНЮ

12 сентября 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	5,74	5,92	10,79	120,48	0,05
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,85	8,10	25,10	197,65	0,75
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергии)	180	1,78	0,36	20,30	91,51	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,25	2,64	11,03	81,59	0,60
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	155	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			400	14,84	16,66	46,92	399,72	1,40
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	191	5,55	4,79	7,66	101,49	1,34
2008		БАНАН (аллергии)	82	1,23	0,41	17,15	78,40	8,17
Итого			191	5,55	4,79	7,66	101,49	1,34
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	61	0,48	0,06	1,51	8,48	6,06
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	205/10/1	5,68	5,29	16,22	135,21	7,06
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	11,30	12,09	2,95	166,02	0,49
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	15	0,97	0,38	6,64	33,88	0,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	3,35	9,24	16,65	162,89	13,39
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	160	3,44	5,49	17,24	131,51	13,57
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	163	0,49	0,00	26,94	111,02	9,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,43	0,32	15,57	74,92	0,00
2008		БАТОН	20	1,48	0,57	10,18	51,87	0,00
Итого			737	25,21	27,57	90,02	710,41	36,80
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	61	0,67	0,12	2,30	14,54	15,15
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	160	8,94	10,27	30,25	249,45	0,13
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	150/5	5,69	0,67	36,47	174,86	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,46	0,10	21,32	88,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,62	0,22	10,38	49,95	0,00
2008		БАТОН	39	2,95	1,14	20,25	103,20	0,00
2008		БАНАН	82	1,23	0,41	17,15	78,40	8,17
Итого			546	15,87	12,26	101,65	584,34	23,45
Всего				61,47	61,28	246,25	1 795,96	62,99