



Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №126

/Крылова В.И./

МЕНЮ

14 июля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	8,30	6,66	38,63	245,34	0,24
2008	182A	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2016	412	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			428	11,69	10,80	54,22	343,96	1,34
II Завтрак								
2016	386	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	46	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,00	3,24	7,58	75,24	3,99
2012	85A	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200	2,63	1,89	18,58	102,72	10,18
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	4,65	19,43	131,88	8,99
2008	123A	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	160	3,10	0,62	25,30	119,50	12,80
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,68	10,77	3,45	161,18	0,33
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	80	14,25	14,36	11,63	118,55	0,00
2008	693	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,96
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			724	23,34	19,58	75,84	575,04	15,27
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	19,00	17,58	31,83	193,80	1,33
2012	304A	ПЛОВ ИЗ МЯСА (аллергии)	260	26,20	24,24	43,89	267,24	1,83
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	048A	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергии)	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,39	2,38	17,34	108,65	0,03
Итого			447	30,63	22,19	63,28	507,35	4,36
Всего				66,26	53,17	208,14	1 492,65	26,97

Шеф повар (зав. производством)

Ефимова Е.В.