

Утверждаю

ГБДОУ детский сад № 94  
Красносельского района  
Заведующий А.С.Селезнева

**МЕНЮ**  
**05.12.2025**

**Сад 10 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		

**Завтрак**

2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,5	9,2	13,3	92	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	3,5	3,3	24,7	173	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,2</b>	<b>15,3</b>	<b>51,6</b>	<b>342</b>	<b>1,3</b>

**II Завтрак**

	ТК №002	ГРУША	95	0,4	0,3	9,8	45	4,7
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>9,8</b>	<b>45</b>	<b>4,7</b>

**Обед**

2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	46	1,9
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,7	5,4	11,9	119	6,1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	16,3	16,6	33,4	348	15,9
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3	37	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>27,8</b>	<b>27,9</b>	<b>80,3</b>	<b>769</b>	<b>24,2</b>

**Полдник**

2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,1	4,7	26	176	0
2008	435	КЕФИР	200	6	3,3	8	62	0,6
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>13,1</b>	<b>8</b>	<b>34</b>	<b>238</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>			<b>52,5</b>	<b>51,5</b>	<b>175,7</b>		<b>1394</b>	<b>30,8</b>