

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района

/Селезнева А.С./

**МЕНЮ**

24 апреля 2026 г.

**Сад 10 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,45	7,37	25,78	196,19	0,79
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,09	36,88	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,01
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>12,37</b>	<b>13,42</b>	<b>62,62</b>	<b>414,39</b>	<b>10,93</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (аллергики)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>3,08</b>	<b>2,97</b>	<b>10,12</b>	<b>79,20</b>	<b>0,66</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,34	6,55	10,33	121,89	5,11
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	17,59	19,73	24,47	350,02	11,01
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	13,13	8,82	0,00	133,35	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,50	0,50	20,40	96,35	10,32
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,28	0,13	9,62	41,85	46,68
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>27,15</b>	<b>27,41</b>	<b>70,72</b>	<b>636,75</b>	<b>64,68</b>
<b>Полдник</b>								
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,64	2,40	18,34	105,87	10,00
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,68	3,94	34,71	196,84	0,09
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,88</b>	<b>9,14</b>	<b>65,99</b>	<b>370,71</b>	<b>10,67</b>
<b>Всего</b>				<b>53,48</b>	<b>52,94</b>	<b>209,45</b>	<b>1 501,05</b>	<b>86,94</b>