

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района

/Селезнева А.С./

МЕНЮ**5 июня 2026 г.****Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,45	7,32	25,80	195,89	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	8,99	36,45	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	46,99	10,00
Итого			500	12,37	13,37	62,54	413,63	10,92
II Завтрак								
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
Итого			110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
Обед								
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	5,29	6,04	10,36	117,08	5,11
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	17,62	19,48	24,49	348,14	11,01
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,48	0,49	20,23	95,60	10,24
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,63	8,48	0,00	128,27	0,00
	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	0,36	0,16	11,80	51,51	59,71
Итого			715	27,21	26,68	72,95	639,72	77,71
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	10,44	4,82	5,24	106,21	0,84
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (аллергики)	80	7,41	5,61	0,35	119,93	0,52
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	2,74	3,31	19,12	117,58	10,40
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,02	0,98
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,07	0,00	9,82	39,51	0,01
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,73	1,94	29,13	152,81	0,09
Итого			485	25,22	14,92	75,01	536,81	12,31
Всего				67,88	57,94	220,62	1 669,36	101,60