

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района

/Селезнева А.С./

МЕНЮ

24 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № 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 |