

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района
_____/Селезнева А.С./

МЕНЮ
23 марта 2026 г.

Сад 10 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								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,42	6,58	27,96	201,73	0,83
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			475	10,41	13,12	60,28	399,33	11,13
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	1,60
Итого			110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,56	2,49	10,55	47,20	1,60
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,23	6,63	11,44	128,90	7,85
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,63	7,95	18,80	153,95	5,22
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	9,99	6,50	4,89	169,35	0,06
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ (аллергики)	160	16,20	15,57	1,93	212,49	1,08
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,84	3,28	18,50	115,43	8,62
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	155	2,36	0,43	18,14	86,37	8,76
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
Итого			710	22,18	19,74	74,33	598,50	18,14
Полдник								
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	9,14	9,40	5,27	143,59	17,02
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	105	1,98	0,40	16,13	76,18	8,16
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	55	14,25	9,58	0,00	144,78	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
Итого			350	10,53	9,58	19,70	208,41	17,03
Всего				46,20	45,41	164,43	1 285,44	46,96