

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района

_____/Селезнева А.С./

МЕНЮ

15 мая 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 6,06 | 5,63 | 29,11 | 192,35 | 0,79 |
| 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 | 0,81 | 5,81 | 9,85 | 104,11 | 0,00 |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| Итого | | | 475 | 8,66 | 13,23 | 61,53 | 413,99 | 11,09 |
| 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 | 19 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 50 | 1,01 | 2,80 | 3,59 | 22,51 | 1,33 |
| 2008 | 103 | -СУП ОВОЩНОЙ | 200 | 2,43 | 1,83 | 11,75 | 73,75 | 26,69 |
| 2023 | 1029 | -КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 14,32 | 9,02 | 8,42 | 175,73 | 0,74 |
| 2012 | 310 | ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики) | 70 | 12,43 | 12,56 | 0,00 | 162,51 | 0,51 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 130 | 3,69 | 8,62 | 29,39 | 168,04 | 26,49 |
| 2008 | 175 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ (аллергики) | 135 | 3,82 | 0,46 | 11,44 | 65,69 | 32,95 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,63 | 1,02 | 18,06 | 92,04 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,14 | 0,00 | 8,98 | 36,47 | 0,03 |
| Итого | | | 715 | 26,21 | 23,55 | 92,91 | 629,73 | 55,28 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 150 | 7,04 | 9,12 | 27,35 | 220,92 | 0,00 |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (аллергики) | 136 | 4,27 | 0,50 | 27,35 | 131,14 | 0,00 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,00 | 0,13 | 6,41 | 30,86 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,07 | 0,00 | 5,85 | 23,63 | 0,01 |
| Итого | | | 345 | 8,11 | 9,25 | 39,61 | 275,41 | 0,01 |
| Всего | | | | 46,06 | 49,00 | 204,17 | 1 398,33 | 67,04 |