

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №36

Г.А.Чепурина/

МЕНЮ

3 февраля 2026 г.

Сад 12 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,62	4,78	26,05	166,58	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,43	12,97	87,05	0,00
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			480	10,04	10,33	64,04	393,22	1,76
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,04	1,79	7,40	50,08	4,29
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,97	14,15	5,86	194,75	0,34
		ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	13,04	13,12	0,33	171,34	0,70
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,87	2,74	12,29	86,26	9,77
2011	317	ОВОЩИ (аллергики)	145	1,33	0,18	7,45	37,07	3,46
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,72	12,85	65,50	0,00
Итого			686	21,59	23,09	66,46	562,62	14,56
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,00
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	13,64	16,53	34,60	356,36	0,00
		КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	1,71	4,25	22,67	135,68	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ВОССТАНОВЛЕННЫЙ	180	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			450	17,03	19,11	53,40	468,32	0,00
Всего				51,46	57,53	197,04	1 514,23	16,32