

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №100-2

_____ /Белюкова О.В./

МЕНЮ

15 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,96	8,05	11,64	80,50	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	4,66	7,48	25,63	169,23	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,99	2,43	18,58	108,73	
Итого			405	11,61	17,96	55,85	358,46	
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,96	3,48	1,80	54,72	
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	4,10	4,56	7,57	87,84	
2008	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	70/25	9,51	10,89	11,75	183,26	
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,72	3,92	30,12	174,73	
	048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,23	39,63	
	004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	
Итого			715	23,01	23,94	83,95	656,68	
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И МОРКОВИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120	22,73	15,54	29,34	352,39	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,96	
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	110	1,65	0,55	23,10	105,60	
Итого			465	33,11	24,82	88,58	716,94	
Всего				68,60	66,89	246,01	1807,16	