

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №100-2

/Белюкова О.В./

МЕНЮ

16 сентября 2025 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,95	6,05	11,66	80,46	
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	5,50	6,24	27,44	187,57	
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,99	2,43	14,70	93,25	
Итого			405	12,44	16,72	53,80	361,28	
II Завтрак								
2008		БИОКЕФИР	180	6,12	4,50	9,90	109,80	
Итого			180	6,12	4,50	9,90	109,80	
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,96	3,48	1,80	54,72	
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ	200	5,42	8,11	7,46	125,28	
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	15,94	7,25	2,37	156,83	
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	5,85	4,83	26,84	174,33	
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	21,99	103,77	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	
Итого			690	32,34	24,84	83,91	731,43	
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120	22,33	15,22	28,88	346,00	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	110	0,44	0,44	10,78	51,70	
Итого			465	31,50	24,39	75,80	656,65	
Всего				82,40	70,45	223,41	1859,16	