

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №100-2

\_\_\_\_\_ /Белюкова О.В./

## МЕНЮ

27 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	
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	
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9,89</b>	<b>10,77</b>	<b>57,94</b>	<b>348,82</b>	
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	110	0,44	0,44	10,78	51,70	
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>10,78</b>	<b>51,70</b>	
<b>Обед</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,18	2,55	7,31	57,36	
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,61	6,41	6,07	105,88	
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	25,63	10,58	22,47	314,99	
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,07	0,01	14,77	60,82	
	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	
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>36,07</b>	<b>20,50</b>	<b>74,10</b>	<b>655,55</b>	
<b>Полдник</b>								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	12,94	19,76	10,86	273,15	
	042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,11	0,10	13,84	57,39	
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,04	3,70	28,96	165,18	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>18,75</b>	<b>23,78</b>	<b>64,26</b>	<b>546,71</b>	
<b>Всего</b>				<b>65,15</b>	<b>55,49</b>	<b>207,08</b>	<b>1602,78</b>	