

Утверждаю

Врио заведующего  
ГБДОУ детский сад №51  
/Вальшина М.М./

## МЕНЮ

1 декабря 2025 г.

### Сад 12 часов

| Сбор-ник<br>рецеп-тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда   | Выход    | Химический состав |              |               | Энерге-тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-мин<br>C, мг |
|-----------------------|---------------------|--|----------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|-------------------|
|                       |                     |  |          | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                                      |                   |
| <b>Завтрак</b>        |                     |  |          |                   |              |               |                                      |                   |
| 2014                  | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ  | 40       | 5,52              | 5,53         | 11,42         | 118,57                               | 0,05              |
| 2008                  | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ                                      | 180      | 6,21              | 7,45         | 28,35         | 205,82                               | 0,50              |
|                       | 028                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                 | 180      | 2,95              | 2,31         | 11,64         | 79,68                                | 0,50              |
| <b>Итого</b>          |                     |  |          | <b>400</b>        | <b>14,68</b> | <b>15,29</b>  | <b>51,41</b>                         | <b>404,07</b>     |
| <b>II Завтрак</b>     |                     |  |          |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  |                     | ЙОГУРТ   | 125      | 3,50              | 3,13         | 5,64          | 70,64                                | 0,88              |
| <b>Итого</b>          |                     |  |          | <b>125</b>        | <b>3,50</b>  | <b>3,13</b>   | <b>5,64</b>                          | <b>70,64</b>      |
| <b>Обед</b>           |                     |  |          |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ   | 50       | 0,40              | 0,05         | 0,85          | 6,50                                 | 2,50              |
| 2012                  | 85/120              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1 | 3,80              | 4,17         | 11,30         | 97,82                                | 4,07              |
| 2012                  | 249                 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                   | 70       | 2,42              | 3,83         | 2,02          | 52,32                                | 0,04              |
| 2008                  | 125                 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ                               | 150      | 2,97              | 4,90         | 19,56         | 134,77                               | 9,15              |
| 2008                  | 406                 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ   | 180      | 0,01              | 0,00         | 22,65         | 90,61                                | 0,00              |
| 2008                  |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 30       | 1,99              | 0,26         | 12,72         | 61,19                                | 0,00              |
| 2008                  |                     | БАТОН  | 30       | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 78,60                                | 0,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |  |          | <b>721</b>        | <b>13,84</b> | <b>14,08</b>  | <b>84,52</b>                         | <b>521,81</b>     |
| <b>Полдник</b>        |                     |  |          |                   |              |               |                                      |                   |
| 2012                  | 304                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ  | 130      | 13,29             | 16,73        | 23,06         | 296,45                               | 1,19              |
| 2008                  | 451                 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ                         | 65       | 5,27              | 5,71         | 26,99         | 180,59                               | 6,50              |
| 2014                  | 267                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ  | 180      | 2,78              | 2,23         | 10,51         | 73,82                                | 0,52              |
| 2008                  |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 15       | 0,50              | 0,07         | 3,18          | 15,30                                | 0,00              |
| 2008                  |                     | ГРУША  | 75       | 0,30              | 0,23         | 7,73          | 35,25                                | 3,75              |
| <b>Итого</b>          |                     |  |          | <b>465</b>        | <b>22,14</b> | <b>24,97</b>  | <b>71,47</b>                         | <b>601,41</b>     |
| <b>Всего</b>          |                     |  |          | <b>54,16</b>      | <b>57,47</b> | <b>213,04</b> | <b>1 597,93</b>                      | <b>29,65</b>      |