

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал | Вита-мин C, мг |
|-----------------------|---------------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|-------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,86 | 3,11 | 22,60 | 124,08 | 2,40 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 5,42 | 7,93 | 24,03 | 189,99 | 0,70 |
| 2014 | 267 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3,10 | 2,48 | 11,64 | 81,96 | 0,58 |
| Итого | | | 420 | 10,38 | 13,52 | 58,27 | 396,03 | 3,68 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 6,00 | 0,20 | 8,00 | 62,00 | 2,00 |
| Итого | | | 200 | 6,00 | 0,20 | 8,00 | 62,00 | 2,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,83 | 4,04 | 4,87 | 58,97 | 2,28 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/10 | 3,90 | 4,20 | 13,40 | 110,60 | 5,50 |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 12,78 | 10,57 | 7,14 | 175,09 | 0,58 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 150 | 2,19 | 1,94 | 9,72 | 71,46 | 5,92 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0,54 | 0,00 | 29,70 | 122,40 | 10,80 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 35 | 3,06 | 1,18 | 20,97 | 106,90 | 0,00 |
| Итого | | | 745 | 25,29 | 22,19 | 98,52 | 706,61 | 25,08 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 6,97 | 4,98 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 140 | 14,97 | 14,56 | 12,90 | 242,51 | 6,69 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,12 | 0,05 | 5,73 | 26,14 | 1,50 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,38 | 0,18 | 8,82 | 42,42 | 0,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,80 | 0,00 |
| 2008 | | ГРУША | 75 | 0,30 | 0,23 | 7,73 | 35,25 | 3,75 |
| Итого | | | 510 | 20,17 | 18,99 | 66,19 | 520,09 | 16,92 |
| Всего | | | | 61,84 | 54,90 | 230,98 | 1 684,73 | 47,68 |