

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**13 ноября 2025 г.**

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                        | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                           |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                        | 40       | 2,21              | 5,64    | 15,01            | 119,77                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ                                         | 200      | 6,55              | 8,11    | 26,59            | 206,16                                   | 0,55                  |
| 2014                          | 267                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             | 180      | 2,78              | 2,23    | 10,51            | 73,82                                    | 0,52                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 420      | 11,54             | 15,98   | 52,11            | 399,75                                   | 1,07                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ                                                                    | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,64                                    | 0,88                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,64                                    | 0,88                  |
| Обед                          |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                             | 50       | 0,40              | 0,05    | 1,25             | 6,97                                     | 4,98                  |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1 | 5,24              | 3,71    | 17,59            | 124,95                                   | 6,00                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                               | 80       | 16,99             | 9,30    | 2,73             | 181,87                                   | 13,01                 |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                            | 130      | 2,96              | 4,26    | 14,77            | 109,90                                   | 10,44                 |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                                           | 180      | 0,87              | 0,00    | 22,17            | 96,03                                    | 2,88                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                               | 30       | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                                                     | 25       | 1,56              | 0,60    | 10,69            | 54,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 706      | 30,01             | 18,18   | 81,92            | 635,41                                   | 37,31                 |
| Полдник                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                              | 40       | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 52                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ                                                | 60/35    | 6,76              | 10,07   | 3,90             | 134,01                                   | 7,42                  |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                                          | 180      | 0,13              | 0,01    | 13,97            | 58,93                                    | 2,30                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          | 70       | 6,77              | 3,16    | 39,30            | 212,46                                   | 0,14                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                               | 20       | 0,88              | 0,12    | 5,64             | 27,13                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАНАН                                                                     | 80       | 1,20              | 0,40    | 16,79            | 76,74                                    | 7,99                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 485      | 20,70             | 18,25   | 79,87            | 570,56                                   | 17,85                 |
| Всего                         |                     |                                                                           |          | 65,75             | 55,54   | 219,54           | 1 676,36                                 | 57,11                 |