

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №82  
Фролова В.А./

# МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,89	4,56	12,87	112,88	0,09
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,80	8,61	28,87	225,00	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,50	2,91	13,56	95,19	0,02
Итого			420	16,19	16,08	55,30	433,07	0,11
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,45	5,03	1,44	52,79	8,96
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	1,85	8,07	8,24	124,90	10,08
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,99	9,28	2,73	181,84	13,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,30	5,04	11,56	101,73	9,35
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,09	91,87	0,00
Итого			720	25,47	28,00	61,24	630,53	44,99
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	125	23,98	15,20	25,03	339,84	0,24
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,45	6,63	52,54	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,07	3,29	28,73	160,61	0,00
Итого			425	34,92	26,03	70,17	662,99	0,24
Всего				78,08	70,61	207,71	1 822,59	55,34

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ детский сад №82  
Фролова В.А./

## МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,92	4,58	12,96	113,55	0,09
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	5,77	7,30	21,29	174,70	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,19	1,82	7,87	57,17	0,02
Итого			340	12,88	13,70	42,12	345,42	0,11
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,03	96,12	10,01
Итого			100	1,50	0,50	21,03	96,12	10,01
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,36	4,04	1,16	42,40	7,20
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	1,22	5,11	5,24	87,37	5,70
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,20	4,90	4,50	108,00	8,20
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-й ВАРИАНТ)	150	2,30	5,14	11,59	102,70	9,34
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,33	0,31	14,93	71,83	0,00
Итого			645	17,41	19,50	37,42	412,30	30,44
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	101	17,47	10,60	18,51	244,41	0,18
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,58	1,44	4,12	31,76	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,81	99,07	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,00	3,30	28,80	159,90	0,00
Итого			361	27,37	19,93	60,24	535,14	0,18
Всего				59,16	53,63	160,81	1 388,98	40,74

Медицинская сестра \_\_\_\_\_