Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 51
/Максимова С.М./

МЕНЮ

15 сентября 2026 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,72	3,83	21,31	125,01	2,34
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	101	0,91	0,20	8,18	43,43	60,60
2008	-	ЙОГУРТ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			**591**	**11,28**	**13,08**	**57,59**	**399,20**	**64,66**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Итого			**199**	**2,79**	**5,00**	**13,07**	**90,76**	**1,10**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	53	0,58	3,26	1,84	40,18	14,26
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	3,82	11,63	13,48	173,96	8,64
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	287	34,67	29,95	18,92	512,09	19,21
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,26	52,27	0,00
Итого			**761**	**41,95**	**45,86**	**72,01**	**912,98**	**42,43**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	122	15,00	15,86	31,41	360,40	0,35
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	156	2,50	8,87	16,42	155,86	7,90
2008	442	СОКФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	20,16	91,80	13,32
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,46	40,69	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,84	83,19	0,00
Итого			**498**	**21,02**	**27,05**	**91,29**	**731,94**	**21,57**
Всего				**77,04**	**90,99**	**233,96**	**2 134,88**	**129,76**

Медицинская сестра _____