



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 116

Солоницына Р.Р./

МЕНЮ

26 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	0,75	0,29	5,14	26,20	0,00
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,07	2,82	12,14	78,07	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,02	2,49	9,09	69,19	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,91	0,23	8,55	43,32	36,10
Итого			415	6,99	7,99	44,19	279,75	37,25
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	137	1,93	3,45	9,02	62,62	0,76
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
Итого			137	1,93	3,45	9,02	62,62	0,76
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,36	0,05	0,77	5,85	2,25
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	150/8/12	2,73	5,98	20,55	140,58	4,79
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергики)	170/8	3,80	5,55	9,06	101,38	4,11
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	40	6,32	6,41	4,50	102,19	0,05
2012	289	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	8,12	6,98	0,00	95,16	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,85	2,66	34,39	183,10	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,48	5,74	38,35	238,68	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,03	0,02	4,60	17,83	0,08
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	11	0,70	0,10	4,49	21,62	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	8	0,56	0,22	3,86	19,65	0,00
Итого			614	13,55	15,44	73,16	490,82	7,17
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	2,63	5,47	26,27	165,03	0,74
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	140	13,18	14,77	26,20	290,40	0,76
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	118	0,59	0,12	11,96	50,92	2,37
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,88	0,12	5,62	27,02	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4,88	3,04	19,12	123,35	0,02
Итого			321	8,98	8,75	62,97	366,32	3,13
Всего				31,45	35,63	189,34	1 199,51	48,31

Медицинская сестра

Ломаченко И.В.