

Утверждаю



заведующий
ГБДОУ детский сад №44
А.В. Гаврилишина/

МЕНЮ

20 февраля 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								
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,65	4,39	26,79	165,95	0,53
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,78	5,58	9,46	99,99	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
Итого			395	9,30	13,60	49,16	367,12	0,83
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	49	0,39	0,05	0,84	6,39	2,46
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	200	2,25	3,27	15,18	119,55	5,59
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	65	13,57	9,89	10,13	187,26	0,41
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	120	3,36	7,84	26,74	152,92	24,11
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	167	0,83	0,00	21,17	91,67	6,67
Итого			666	25,02	22,33	104,77	710,68	39,24
Полдник								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,74	2,37	4,32	29,30	6,98
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	85	11,80	9,03	0,00	143,05	8,97
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	1,45	3,08	19,62	129,51	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,35	1,05	11,03	59,13	0,25
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	0,24	0,88	11,33	54,21	0,03
Итого			510	16,90	16,59	54,78	455,99	16,23
Всего				51,62	52,92	218,51	1 580,79	66,30

Медицинская сестра _____

Семенова В.Н.