

Утверждаю

Зам. Директора по УВР  
ГБОУ Детский сад № 246  
/Е.А. Куриш/

МЕНЮ

15 мая 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                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,18              | 4,02    | 6,86             | 60,76                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ     | 205      | 6,70              | 9,70    | 24,40            | 211,00                                   | 0,50                  |
|                               | ТК№028              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                               | 180      | 2,80              | 2,40    | 12,70            | 84,00                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 415      | 12,68             | 16,12   | 43,96            | 355,76                                   | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№020              | БАНАН СВЕЖИЙ                                             | 100      | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,02                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 100      | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,02                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№017              | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                          | 50       | 0,38              | 0,00    | 0,90             | 6,50                                     | 1,00                  |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 4,21              | 5,94    | 8,21             | 105,79                                   | 5,51                  |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                     | 80       | 16,09             | 0,61    | 0,46             | 71,39                                    | 0,60                  |
| 2012                          | 354                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                                           | 20       | 0,30              | 1,00    | 1,20             | 14,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                        | 150      | 3,20              | 5,00    | 21,30            | 147,00                                   | 10,30                 |
|                               | ТК№038              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                            | 180/6/7  | 0,12              | 0,00    | 8,52             | 36,00                                    | 1,10                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 20       | 1,50              | 0,60    | 10,30            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 753      | 27,50             | 13,35   | 61,49            | 484,88                                   | 18,51                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                          | 180      | 14,12             | 12,37   | 12,72            | 221,91                                   | 18,15                 |
|                               | ТК№047              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                    | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,70            | 88,20                                    | 0,70                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ<br>И ЯЙЦОМ                   | 75       | 3,50              | 9,00    | 36,30            | 201,00                                   | 5,60                  |
|                               | ТК№005              | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.                                       | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,50             | 56,50                                    | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 550      | 21,54             | 24,11   | 81,62            | 598,61                                   | 24,75                 |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 63,22             | 54,08   | 208,07           | 1 535,25                                 | 48,28                 |