

ГБДОУ детский сад № 57 Кир.р-н  
\_\_\_\_\_/Буркова А.А./

МЕНЮ  
27 ноября 2025 г.

Сад 12 часов(vs)

| 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       | 3,07              | 3,52    | 15,66            | 154,10                                   | 2,21                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ                                                              | 200      | 4,72              | 8,18    | 26,69            | 135,90                                   | 0,49                  |
| 2024                          | ТК № 48             | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ<br>(аллергики)                                                             | 200      | 6,82              | 8,40    | 19,69            | 219,82                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№026              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                                                  | 180      | 4,36              | 1,80    | 16,38            | 70,00                                    | 1,70                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                | 410      | 12,15             | 13,50   | 58,73            | 360,00                                   | 4,40                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | РЯЖЕНКА                                                                                        | 125      | 2,25              | 1,25    | 5,25             | 50,00                                    | 0,17                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                | 125      | 2,25              | 1,25    | 5,25             | 50,00                                    | 0,17                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                                                  | 50       | 0,40              | 0,05    | 4,40             | 7,00                                     | 5,00                  |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ                      | 200/10/1 | 4,15              | 9,45    | 9,75             | 63,00                                    | 6,50                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ,<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>(аллергики) | 150/10/5 | 1,41              | 3,94    | 5,44             | 46,79                                    | 8,06                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                                                    | 80       | 7,18              | 6,41    | 10,35            | 150,10                                   | 12,90                 |
| 2012                          | 324                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                                                 | 130      | 2,86              | 4,17    | 14,61            | 137,13                                   | 10,44                 |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)                                                                     | 130      | 2,63              | 4,08    | 15,91            | 128,47                                   | 9,60                  |
|                               |                     | СОК ИЗ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ<br>АБРИКОСОВЫЙ                                                         | 180      | 0,00              | 0,00    | 3,15             | 161,40                                   | 2,21                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                                            | 30       | 2,04              | 0,24    | 15,87            | 61,20                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                                              | 25       | 1,88              | 0,75    | 16,03            | 65,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                | 706      | 18,51             | 21,07   | 74,16            | 645,33                                   | 37,05                 |
| Полдник уплотнённый           |                     |                                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                                                  | 40       | 5,10              | 4,60    | 0,30             | 63,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 52                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ                                                                     | 60/35    | 3,26              | 5,86    | 4,44             | 77,95                                    | 4,15                  |
|                               | ТК№037              | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                                                               | 180      | 0,13              | 0,01    | 13,97            | 58,92                                    | 2,30                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                                               | 65       | 3,72              | 4,38    | 31,40            | 213,77                                   | 0,13                  |
|                               | ТК№007              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                                            | 20       | 0,90              | 0,20    | 9,11             | 54,35                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№006              | БАНАН СВЕЖИЙ                                                                                   | 90       | 1,34              | 0,45    | 18,90            | 72,00                                    | 3,60                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                | 490      | 14,45             | 15,50   | 78,12            | 539,99                                   | 10,18                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                |          | 47,36             | 51,32   | 216,26           | 1 595,32                                 | 51,80                 |