



Утверждаю

 И.о. заведующего
 ГБДОУ детский сад №37
 /Павлова К.В./

МЕНЮ

21 мая 2025 г.

Сад

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,39	2,51	2,79	37,63	2,04
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
2008	189 - А	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	205	3,58	1,80	17,98	102,43	0,00
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			405	23,87	30,84	28,45	356,70	2,85
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,90	0,18	18,09	82,39	3,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			179	0,90	0,18	18,09	82,39	3,58
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,94	41,30	1,50
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии)	36	0,29	0,04	0,89	5,00	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,52	7,14	9,17	119,55	4,62
2012	98 - А	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (аллергии)	200	8,05	5,80	13,60	138,94	5,35
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,54	16,45	11,38	239,73	0,48
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	75	22,42	19,22	0,49	264,18	0,21
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,38	5,54	15,44	120,58	6,53
2008	123 - А	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,89	0,58	23,52	111,14	11,90
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			715	22,85	30,13	70,43	740,16	13,13
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	45	12,99	11,14	0,29	153,13	0,12
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,22	2,02	9,90	88,88	5,96
		КАПУСТА ОТВАРНАЯ (аллергии)	155	2,86	0,16	7,48	44,52	29,51
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	49	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,04	0,00	0,08	0,49	0,01
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
Итого			559	15,46	14,22	68,58	480,77	6,27
Всего				63,08	75,37	185,55	1 660,02	25,83