



Согласовано:  
Директор Д/с "Жемчужинка" ул.  
Лизы Чайкиной, 73 А (МБУ  
"Гимназия № 39")

Гранченко  
Дмитрий Викторович

## МЕНЮ Д/сад (с 3 до 7 лет)

на 24.09.2024

Д/с "Жемчужинка" ул. Лизы Чайкиной, 73 А (МБУ "Гимназия № 39") Д/сад (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|--------------|-----------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |              |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |

### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |                                                                            |      |       |       |       |        |
|--------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------|------|-------|-------|-------|--------|
|                    | 14728 | Батон с маслом<br>Батон в ассортименте д/с / Масло сливочное               | 30/5 | 2,29  | 4,50  | 15,49 | 111,56 |
| ТТК                | 13066 | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие д/с                              | 60   | 0,93  | 0,31  | 13,02 | 58,59  |
|                    | 14638 | Омлет натуральный<br>Яйцо С-2 / Молоко / Масло растительное / Соль пищевая | 100  | 10,51 | 13,21 | 1,92  | 168,61 |
| 395/2014 Дели плюс | 12832 | Кофейный напиток с молоком<br>Вода / Кофейный напиток / Молоко / Сахар     | 180  | 2,79  | 2,89  | 16,79 | 104,29 |
| Итого:             |       |                                                                            |      | 16,52 | 20,90 | 47,22 | 443,05 |

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

|        |       |                         |     |      |      |      |       |
|--------|-------|-------------------------|-----|------|------|------|-------|
|        | 15319 | Ряженка<br>Ряженка 1 л. | 130 | 3,89 | 3,35 | 5,63 | 68,21 |
| Итого: |       |                         |     | 3,89 | 3,35 | 5,63 | 68,21 |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

|              |       |                                                                                                                                                                                                                      |     |       |       |       |        |
|--------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| табл.24/1996 | 13691 | Огурец свежий<br>Огурец свежий д/с                                                                                                                                                                                   | 20  | 0,14  | 0,02  | 0,38  | 2,26   |
|              | 14760 | Суп крестьянский с крупой на курином бульоне<br>Вода / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Цыпленок бройлер. 1 кат. п/ф  | 200 | 5,97  | 7,76  | 11,25 | 138,71 |
|              | 15217 | Пудинг рыбный запеченный (навага)<br>Вода / Масло растительное / Масло сливочное / Молоко / Молоко / Мука в/с / Сахар / СМ/Р Навага б/г / Соль пищевая / Хлеб пшеничный или хлеб зерновой / Яйцо куриное столовое шт | 75  | 14,46 | 5,13  | 4,80  | 123,21 |
|              | 15392 | Картофельное пюре<br>Картофель п/ф / Масло сливочное / Молоко / Соль пищевая                                                                                                                                         | 130 | 2,86  | 4,37  | 19,15 | 127,38 |
| 372/2014     | 12867 | Компот из яблок<br>Вода / Лимонная кислота / Сахар / Яблоки свежие                                                                                                                                                   | 180 | 0,16  | 0,16  | 11,18 | 46,86  |
|              | 12806 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                                   | 30  | 2,58  | 0,39  | 13,56 | 68,07  |
| ТТК          | 12846 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                                         | 30  | 2,04  | 0,39  | 11,94 | 59,43  |
| Итого:       |       |                                                                                                                                                                                                                      |     | 28,22 | 18,23 | 72,25 | 565,91 |

### Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

|                  |       |                                                                                                                                                                           |       |       |       |        |          |
|------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|----------|
|                  | 360   | Икра кабачковая (консервы)<br>Икра кабачковая                                                                                                                             | 30    | 0,60  | 2,80  | 2,43   | 37,32    |
| 298/14 Дели плюс | 14134 | Голубцы ленивые из говядины с рисом<br>Капуста п/ф очищ / Фарш Особый п/ф (мясо птицы, говядина) / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо куриное столовое шт | 60    | 4,11  | 5,68  | 4,34   | 84,92    |
|                  | 15205 | Макаронные изделия с маслом растительным<br>Макаронные изделия / Соль пищевая / Масло растительное                                                                        | 150/5 | 5,78  | 5,68  | 37,01  | 222,25   |
|                  | 14775 | Чай без сахара<br>Чай черный (заварка): (Чай черный л) / Вода                                                                                                             | 180   | 0,12  | 0,03  | 0,02   | 0,85     |
|                  | 13651 | Вафли в асс 18 г.                                                                                                                                                         |       | 1,03  | 5,22  | 11,16  | 95,72    |
|                  | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                        | 20    | 1,72  | 0,26  | 9,04   | 45,38    |
| Итого:           |       |                                                                                                                                                                           |       | 13,36 | 19,67 | 64,01  | 486,44   |
| Всего:           |       |                                                                                                                                                                           |       | 61,98 | 62,14 | 189,10 | 1 563,60 |

Зав.производством

Ответственный за производство \_\_\_\_\_ /  
2.3/2.4.3590-20



Россия, 445043, Сам. обл., г. Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: gamma\_ps@mail.ru