

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Румянцева А.Г/

МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Ясли 12 часов



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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,02	0,43	10,80	41,35	1,92
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	130	1,39	4,20	19,24	120,23	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	150	0,50	0,00	7,45	31,77	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	54	1,51	1,35	2,43	30,43	0,38
Итого			354	6,00	9,32	45,35	278,19	3,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	154	0,77	0,15	15,54	70,77	3,08
Итого			154	0,77	0,15	15,54	70,77	3,08
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	28	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	9,29	7,50	6,99	151,35	11,94
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	115	2,77	5,73	13,25	116,19	7,37
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			573	19,28	20,43	63,07	524,09	29,36
Полдник								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	45	0,50	0,06	1,74	9,80	40,18
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	88	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	2,73	4,87	9,33	104,94	1,04
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			388	9,56	10,17	29,38	261,94	46,22
Всего				35,61	40,07	153,34	1 134,99	81,75