

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

**МЕНЮ**

4 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,22	1,83	7,71	56,40	0,03
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,24	7,43	19,07	164,59	0,52
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	130	2,43	4,64	15,73	114,19	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,54	3,54	13,58	106,18	0,56
2024	19	КАКАО БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	180	3,52	2,18	11,16	80,75	0,00
2024	49	МАНДАРИН	67	0,54	0,13	5,06	25,63	25,63
<b>Итого</b>			<b>387</b>	<b>12,54</b>	<b>12,93</b>	<b>45,42</b>	<b>352,80</b>	<b>26,74</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	160	2,76	4,01	7,21	64,97	1,12
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>2,76</b>	<b>4,01</b>	<b>7,21</b>	<b>64,97</b>	<b>1,12</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,47	1,55	3,33	29,92	8,16
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	6,73	6,31	6,49	109,71	0,63
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	45	5,21	4,77	5,78	86,81	0,14
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	105	2,10	4,03	13,37	98,45	6,20
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>16,62</b>	<b>16,93</b>	<b>46,35</b>	<b>402,97</b>	<b>15,40</b>
<b>Полдник</b>								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,45	16,00	23,10	330,49	0,22
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	25	0,03	0,03	4,45	18,27	0,25
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	70	0,28	0,28	6,96	31,16	2,82
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>22,78</b>	<b>16,61</b>	<b>37,84</b>	<b>401,16</b>	<b>0,47</b>
<b>Всего</b>				<b>54,70</b>	<b>50,48</b>	<b>136,82</b>	<b>1 221,90</b>	<b>43,73</b>