

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №79  
Гумянцева А.Г.**МЕНЮ**  
8 мая 2026 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,13	0,48	12,04	46,08	2,14
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	130	2,82	4,33	21,35	135,41	0,00
2024	40	ЧАЙ С ДЖЕМОМ	150/12	0,19	0,02	11,79	46,29	2,65
2012	368	БАНАН	56	0,84	0,28	9,41	47,32	5,61
<b>Итого</b>			<b>368</b>	<b>5,66</b>	<b>6,62</b>	<b>55,54</b>	<b>282,73</b>	<b>10,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	148	3,22	3,70	5,74	63,95	1,04
<b>Итого</b>			<b>148</b>	<b>3,22</b>	<b>3,70</b>	<b>5,74</b>	<b>63,95</b>	<b>1,04</b>
<b>Обед</b>								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	20/20	3,81	3,74	1,83	56,33	1,02
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	5,27	5,43	11,88	117,62	6,71
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	45	4,91	8,04	8,08	100,32	0,05
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90	1,19	2,42	6,38	52,45	4,60
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	145	0,09	0,08	12,75	52,51	0,81
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,21	0,54	9,57	48,73	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>524</b>	<b>17,17</b>	<b>20,38</b>	<b>56,85</b>	<b>458,55</b>	<b>13,19</b>
<b>Полдник</b>								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	35	0,45	0,03	1,71	9,05	69,65
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	40	7,39	4,66	14,33	128,77	0,24
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,03	3,56	10,58	100,13	6,42
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	154	0,77	0,15	15,54	70,77	3,08
2024	ТК № 1	ЯБЛОКО	79	0,32	0,32	7,76	37,22	7,92
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,38	2,26	24,78	136,99	0,12
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>15,71</b>	<b>10,79</b>	<b>73,30</b>	<b>476,30</b>	<b>79,51</b>
<b>Всего</b>				<b>41,76</b>	<b>41,49</b>	<b>191,43</b>	<b>1 281,53</b>	<b>104,47</b>