

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г/

МЕНЮ**3 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	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	11	0,30	0,02	0,63	3,88	0,40
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	9,73	17,85	1,91	207,36	0,15
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2008		АПЕЛЬСИН	70	0,63	0,14	5,67	30,10	42,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			371	11,44	18,14	21,53	300,11	42,57
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	132	3,92	3,38	6,49	72,95	0,72
Итого			132	3,92	3,38	6,49	72,95	0,72
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10	2,94	1,96	4,00	45,66	4,89
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	40	5,80	12,07	10,54	174,18	0,70
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,36	3,53	10,48	99,12	6,35
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	154	0,77	0,15	15,54	70,77	3,08
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			499	13,86	18,42	57,21	472,72	15,02
Полдник								
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	35	5,14	6,79	5,88	105,26	0,16
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	105	2,14	3,34	13,90	94,88	8,51
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84	0,16
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,46	5,66	23,04	144,29	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			372	11,91	16,00	62,14	422,95	8,83
Всего				41,13	55,94	147,37	1 268,73	67,14