

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./



МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая 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 | 108 | 3,03 | 2,71 | 4,89 | 61,22 | 0,76 |
| Итого | | | 408 | 7,52 | 10,68 | 47,81 | 308,98 | 3,47 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 9 | 0,05 | 0,01 | 0,92 | 4,18 | 0,18 |
| | TK №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) | 35 | 0,60 | 0,60 | 14,80 | 66,30 | 6,00 |
| Итого | | | 9 | 0,05 | 0,01 | 0,92 | 4,18 | 0,18 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | 38 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 25 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,59 | 3,99 |
| 2024 | 54 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/30 | 5,97 | 2,46 | 17,26 | 115,24 | 6,86 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 50 | 9,22 | 10,95 | 6,90 | 163,29 | 0,19 |
| 2011 | 317 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 115 | 2,80 | 4,81 | 13,22 | 107,81 | 8,45 |
| 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 | | | 560 | 20,69 | 19,01 | 66,48 | 522,99 | 20,35 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | 35 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 20 | 0,26 | 0,79 | 3,04 | 20,55 | 0,41 |
| 2024 | 6 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 125 | 22,28 | 15,63 | 23,72 | 332,96 | 0,23 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 194 | 2,79 | 4,96 | 9,50 | 106,92 | 1,06 |
| 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 | | | 354 | 26,36 | 21,82 | 43,97 | 499,73 | 1,70 |
| Всего | | | | 54,62 | 51,52 | 159,18 | 1 335,88 | 25,70 |