

Утверждаю

И.О. заведующего  
ГБДОУ детский сад №79  
/Осипова О.Н./



## МЕНЮ

12 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,13	1,71	7,71	55,02	0,03
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2024	27	КАША "ДРУЖБА" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	130	0,92	4,19	16,65	107,87	0,00
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2024	23	ЧАЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	109	3,05	2,73	4,92	61,65	0,76
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>409</b>	<b>10,40</b>	<b>12,32</b>	<b>45,23</b>	<b>318,71</b>	<b>2,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	145	0,73	0,15	14,69	66,91	2,91
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	90	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>0,73</b>	<b>0,15</b>	<b>14,69</b>	<b>66,91</b>	<b>2,91</b>
<b>Обед</b>								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	43	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,98	5,03	8,52	97,23	8,00
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	11,72	17,43	17,90	276,00	8,04
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	155	0,80	0,05	19,19	80,96	0,25
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>563</b>	<b>19,06</b>	<b>23,40</b>	<b>65,42</b>	<b>555,09</b>	<b>18,29</b>
<b>Полдник</b>								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	55	6,22	6,94	5,95	102,70	0,06
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,22	6,29	19,59	148,38	1,67
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,44	4,41	24,56	164,06	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>17,03</b>	<b>17,83</b>	<b>64,68</b>	<b>482,43</b>	<b>9,93</b>
<b>Всего</b>			<b>47,22</b>	<b>53,70</b>	<b>190,02</b>	<b>1 423,14</b>	<b>33,95</b>	