

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



## МЕНЮ

16 февраля 2026 г.

### Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда   | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|----------|-------------------|---------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |  |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| Завтрак                       |                     |  |          |                   |         |                  |  |                       |
| 2024                          | 59                  | БУТЕРБРОД С СЫРОМ  | 20       | 2,23              | 1,83    | 7,71             | 56,51                                    | 0,03                  |
| 2024                          | 24                  | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                              | 130      | 2,40              | 6,18    | 22,92            | 141,63                                   | 0,33                  |
| 2024                          | 45                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ (аллергики) | 130      | 2,28              | 8,25    | 22,93            | 175,09                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 19                  | КАКАО С МОЛОКОМ  | 135      | 1,77              | 2,33    | 10,27            | 64,24                                    | 0,44                  |
| 2024                          | 19                  | КАКАО БЕЗ МОЛОКА<br>(аллергики)  | 170      | 2,35              | 1,46    | 10,67            | 66,73                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 368                 | ЯБЛОКО   | 85       | 0,38              | 0,38    | 9,31             | 39,65                                    | 9,50                  |
| Итого                         |                     |  | 370      | 6,78              | 10,72   | 50,21            | 302,03                                   | 10,30                 |
| II Завтрак                    |                     |  |          |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ  | 147      | 0,74              | 0,15    | 14,85            | 67,62                                    | 2,94                  |
| Итого                         |                     |  | 147      | 0,74              | 0,15    | 14,85            | 67,62                                    | 2,94                  |
| Обед                          |                     |  |          |                   |         |                  |  |                       |
| 2024                          | 43                  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ   | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52             | 9,60                                     | 10,00                 |
| 2024                          | 44                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ<br>СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ           | 150/20/5 | 6,79              | 7,15    | 7,69             | 124,19                                   | 8,23                  |
| 2012                          | 256                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ   | 50       | 2,31              | 3,22    | 3,87             | 55,64                                    | 0,44                  |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ   | 125      | 2,39              | 3,77    | 19,41            | 111,91                                   | 9,80                  |
| 2024                          | 3                   | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ  | 145      | 0,09              | 0,06    | 24,40            | 95,96                                    | 0,23                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  | 20       | 1,37              | 0,59    | 10,25            | 52,27                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20       | 1,12              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 575      | 14,51             | 15,05   | 75,62            | 490,36                                   | 28,70                 |
| Полдник                       |                     |  |          |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ   | 20       | 2,46              | 2,23    | 0,14             | 30,46                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 14                  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ  | 150      | 9,09              | 8,72    | 11,40            | 190,49                                   | 15,19                 |
| 2024                          | 57                  | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ   | 150      | 0,18              | 0,04    | 10,40            | 43,80                                    | 5,16                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ   | 45       | 4,44              | 1,75    | 25,81            | 136,50                                   | 0,08                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20       | 1,12              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 385      | 17,29             | 12,92   | 56,23            | 442,04                                   | 20,43                 |
| Всего                         |                     |  |          | 39,32             | 38,84   | 196,91           | 1 302,05                                 | 62,37                 |