

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

10 февраля 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 | 7 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 20 | 1,02 | 0,43 | 10,80 | 41,35 | 1,92 |
| 2024 | 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 2,07 | 5,71 | 17,58 | 145,89 | 0,84 |
| 2024 | 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергии) | 130 | 1,82 | 4,91 | 13,87 | 106,85 | 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 (аллергии) | 150 | 0,50 | 0,00 | 7,45 | 31,77 | 0,00 |
| 2012 | 368 | ГРУША | 59 | 0,38 | 0,29 | 9,79 | 44,65 | 4,75 |
| Итого | | | 359 | 4,87 | 8,25 | 50,00 | 292,28 | 7,90 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 154 | 2,16 | 3,86 | 10,10 | 70,13 | 0,85 |
| Итого | | | 154 | 2,16 | 3,86 | 10,10 | 70,13 | 0,85 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | 11 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 30 | 1,24 | 3,44 | 2,13 | 44,66 | 1,03 |
| 2024 | 25 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,51 | 5,46 | 13,96 | 123,23 | 5,40 |
| 2024 | 12 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 145 | 8,36 | 6,24 | 13,20 | 169,33 | 14,25 |
| 2024 | 13 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,49 | 0,20 | 15,74 | 76,15 | 60,00 |
| 2024 | 10 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,69 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,58 | 10,29 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 521 | 16,59 | 16,05 | 61,68 | 496,36 | 80,68 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,46 | 2,23 | 0,14 | 30,46 | 0,00 |
| 2024 | 14 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 160 | 9,67 | 9,28 | 12,13 | 202,65 | 15,26 |
| 2024 | 2 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,09 | 0,00 | 6,96 | 28,18 | 0,02 |
| 2024 | 34 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 56,51 | 0,70 |
| к/к | к/к | ВОДА питьевая (аллергии) | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2024 | 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,12 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,58 | 10,29 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 470 | 17,44 | 14,77 | 42,51 | 410,99 | 15,98 |
| Всего | | | | 41,06 | 42,93 | 164,29 | 1 269,76 | 105,41 |