

Утверждаю

И.О. заведующего

ГБДОУ детский сад №79

/Оsipova O.H./

## МЕНЮ

18 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов



| Сбор-ник<br>рецеп-тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда   | Выход      | Химический состав |              |               | Энерге-тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-мин<br>С, мг |
|-----------------------|---------------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|-------------------|
|                       |                     |  |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                                      |                   |
| <b>Завтрак</b>        |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2024                  | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ   | 20         | 1,03              | 0,44         | 10,88         | 41,66                                | 1,93              |
| 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                               | 92         | 2,58              | 2,31         | 4,16          | 52,16                                | 0,65              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>392</b> | <b>7,08</b>       | <b>10,29</b> | <b>47,16</b>  | <b>300,23</b>                        | <b>3,37</b>       |
| <b>II Завтрак</b>     |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ  | 150        | 0,75              | 0,15         | 15,15         | 69,00                                | 3,00              |
|                       | ТК №010             | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)                                      | 44         | 0,60              | 0,60         | 14,80         | 66,30                                | 6,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>150</b> | <b>0,75</b>       | <b>0,15</b>  | <b>15,15</b>  | <b>69,00</b>                         | <b>3,00</b>       |
| <b>Обед</b>           |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2024                  | 38                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ  | 30         | 0,32              | 0,04         | 1,00          | 5,59                                 | 3,99              |
| 2024                  | 54                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ                       | 150/30     | 6,43              | 2,35         | 17,15         | 115,51                               | 6,95              |
| 2012                  | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ  | 50         | 9,32              | 12,19        | 6,60          | 173,68                               | 0,20              |
| 2011                  | 317                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ   | 130        | 3,06              | 7,02         | 14,19         | 132,66                               | 9,04              |
| 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              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>580</b> | <b>21,51</b>      | <b>22,35</b> | <b>67,04</b>  | <b>558,50</b>                        | <b>21,04</b>      |
| <b>Полдник</b>        |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2024                  | 35                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ   | 25         | 0,33              | 0,74         | 3,27          | 21,32                                | 0,52              |
| 2024                  | 6                   | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА   | 125        | 22,82             | 16,41        | 21,22         | 332,46                               | 0,24              |
| 2008                  | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                                | 204        | 2,92              | 5,19         | 9,94          | 111,87                               | 1,11              |
| 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              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>369</b> | <b>27,10</b>      | <b>22,78</b> | <b>42,14</b>  | <b>504,95</b>                        | <b>1,87</b>       |
| <b>Всего</b>          |                     |  |            | <b>56,44</b>      | <b>55,57</b> | <b>171,49</b> | <b>1 432,68</b>                      | <b>29,28</b>      |