

Утверждаю

Заведующая
ГБДОУ №2
Модок И.С./



МЕНЮ
19 января 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,82	1,85	7,41	42,37	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	96	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			396	6,15	9,57	44,52	289,50	57,84
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	186	3,10	4,50	8,10	73,00	0,00
Итого			186	3,10	4,50	8,10	73,00	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,30	2,44	0,95	26,90	3,80
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	61	8,18	6,61	6,16	133,32	0,00
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	131	1,43	2,51	8,06	61,24	7,30
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			588	16,03	15,13	64,04	517,35	11,10
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	71	9,14	4,18	19,66	123,03	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,54	1,99	3,89	110,27	0,00
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,42	0,17	19,82	90,26	50,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
2024	39	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
Итого			436	15,33	7,89	84,54	474,84	50,00
Всего				40,61	37,09	201,20	1 354,69	118,94

Медицинская сестра _____ Митрофанова Л.В.