

Утверждаю



Заведующая
ГБДОУ №2
Модок И.С./

МЕНЮ
20 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130	5,80	12,70	15,01	219,00	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2012	368	ГРУША	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
Итого			416	9,58	17,13	38,95	355,77	5,41
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,22	7,20	7,56	97,20	0,54
Итого			180	5,22	7,20	7,56	97,20	0,54
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	49	0,54	3,05	1,72	37,53	0,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	0,00
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	60	5,11	5,83	11,72	122,93	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	4,05	30,25	176,55	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			600	15,66	18,94	75,08	536,39	0,10
Полдник								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	9,20	7,39	2,24	112,08	0,25
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	120	4,34	12,86	9,52	171,92	23,97
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,10	21,80	88,90	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,01	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			351	14,85	20,52	42,02	413,58	24,22
Всего				45,31	63,79	163,61	1 402,94	30,27

Медицинская сестра _____ Митрофанова Л.В.