

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./**МЕНЮ**

4 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,10	0,47	11,69	44,77	2,08
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
Итого			425	8,07	11,14	49,45	306,83	3,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	157	0,16	0,16	15,29	69,68	3,12
Итого			157	0,16	0,16	15,29	69,68	3,12
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,74	6,24	22,20	138,89	0,43
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,41	3,56	13,38	105,01	9,11
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,48	0,26	12,42	59,74	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,44	7,63	38,91	0,00
Итого			584	13,16	13,33	76,22	487,91	21,81
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,41	15,69	0,58
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,32	13,71	22,06	281,55	0,26
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	183	2,63	4,68	8,98	100,98	1,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,44	7,63	38,91	0,00
Итого			358	17,34	18,86	42,08	437,13	1,84
Всего				38,73	43,49	183,04	1 301,55	30,52