

Утверждаю

И.о. заведующего

ГБДОУ детский сад №126

Гринкевич А.И./

МЕНЮ

5 марта 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	1,84	1,87	7,48	42,80	0,04
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,33
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	4,49	4,32	15,08	117,76	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,48
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
Итого			300	6,19	10,61	41,69	255,02	0,85
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,57	9,89	10,30
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10	6,27
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/20	10,12	8,77	12,78	171,56	12,78
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	2,39	3,32	3,99	57,38	0,46
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	110	19,91	0,72	0,00	251,59	0,72
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,55	4,01	20,63	118,98	10,42
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	25,42	99,96	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			586	12,47	14,29	86,33	489,37	27,69
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,25	0,14	30,76	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	15,42	12,81	11,18	226,84	16,42
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (аллергики)	180	4,33	5,19	20,88	149,92	31,77
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,17	1,80	25,38	134,77	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			395	23,37	17,08	55,58	476,96	21,67
Всего				42,41	42,36	192,91	1 261,00	59,71