

Утверждаю

И.о. заведующего

ГБДОУ детский сад №126

Гринкевич А.И./

МЕНЮ

20 апреля 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,71	1,74	6,96	39,80	0,04
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,44
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	2,40	0,49	16,26	79,15	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
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			395	7,22	10,19	45,17	281,39	37,06
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	193	7,34	5,60	23,56	173,79	0,00
2012	368	ЯБЛОКО (аллергики)	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			193	7,34	5,60	23,56	173,79	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,49	1,57	3,17	29,52	8,44
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	6,98	6,18	6,27	108,58	0,90
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	150	1,09	0,18	7,65	37,05	3,61
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	3,98	4,90	7,14	134,64	0,16
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (аллергики)	65	10,10	0,41	1,64	50,55	1,08
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,19	3,76	14,48	101,14	6,76
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	135	2,62	0,52	21,34	100,83	10,80
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,15	0,20	9,65	46,40	0,00
Итого			543	15,64	16,66	47,49	447,37	16,53
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,80	13,17	21,20	270,48	0,25
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	6,35	1,31	34,78	176,45	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	4,99	20,50	0,28
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	129	0,65	0,13	13,03	59,35	2,58
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,22	0,55	9,67	49,26	0,00
Итого			308	14,70	13,88	48,89	399,59	3,11
Всего				44,90	46,33	165,11	1 302,14	56,70