

Утверждаю

И.о. заведующего
ГБДОУ детский сад №126
Гринкевич А.И./**МЕНЮ**

20 апреля 2026 г.

Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,55	3,28	9,56	82,58	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,39
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	6,35	1,31	34,78	176,45	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	97	1,46	0,49	20,37	93,12	9,72
Итого			457	10,49	11,74	50,85	350,90	10,21
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	204	7,74	5,91	24,86	183,40	0,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			204	7,74	5,91	24,86	183,40	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,88	3,14	4,09	49,40	14,99
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	165/10/20	4,81	0,65	9,25	122,37	0,77
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	170	0,97	0,16	6,77	32,70	3,85
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,85	11,38	2,60	75,73	0,72
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,57	4,77	16,87	121,16	7,85
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,52	0,50	20,55	97,08	10,40
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,35	119,71	0,24
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,11	0,28	13,50	64,96	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,77	0,69	12,08	61,57	0,00
Итого			701	18,08	20,97	88,74	614,90	24,57
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	12,15	14,72	30,81	317,35	0,31
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,07	1,67	44,17	224,06	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,38	0,01	3,69	15,16	1,20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	187	0,00	0,00	20,56	82,24	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,82	1,09	19,33	98,51	0,00
Итого			435	15,35	15,82	74,39	513,26	1,51
Всего				51,66	54,44	238,84	1 662,46	36,29