

Утверждаю

И.о. заведующего
ГБДОУ детский сад №126
Гринкевич А.И./**МЕНЮ**
17 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	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	2,00
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	4,05	4,66	27,35	139,74	0,03
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	3,91	0,27	13,59	72,99	0,00
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	48	АПЕЛЬСИН	94	0,85	0,19	7,62	40,44	56,43
Итого			394	8,10	7,47	57,73	283,59	58,99
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	181	6,86	5,24	22,04	162,58	0,00
2012	368	ЯБЛОКО (аллергики)	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			181	6,86	5,24	22,04	162,58	0,00
Обед								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	40	2,33	4,28	2,99	58,46	1,50
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06	5,31
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/15	5,31	5,46	10,28	112,23	5,61
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	50	5,78	4,10	4,35	101,00	0,07
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	110	2,69	2,09	5,68	52,67	24,51
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	120	2,21	0,26	3,71	26,48	26,21
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			565	17,64	15,96	56,60	479,14	31,39
Полдник								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,31	0,04	0,98	5,48	3,91
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130	5,80	12,70	15,01	219,00	1,05
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	4,46	0,31	15,20	82,13	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	3,54	5,55	24,83	163,69	0,06
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			391	10,93	18,51	60,16	456,83	5,18
Всего				43,53	47,18	196,53	1 382,14	95,56