

Утверждаю


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

МЕНЮ

28 мая 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	1,93	1,96	7,85	44,94	0,04
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,64	5,45	22,43	157,16	0,15
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	4,46	0,31	15,04	81,48	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,37	2,55	13,24	89,42	0,22
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,87	42,03	10,07
Итого			400	10,34	10,36	53,39	333,55	10,48
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	149	3,17	3,71	5,74	66,33	1,04
2012	368	ЯБЛОКО (аллергики)	100	0,40	0,40	9,87	42,03	10,07
Итого			149	3,17	3,71	5,74	66,33	1,04
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,55	9,79	10,20
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	9,26	12,78	175,93	12,78
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	55	2,70	3,75	4,51	64,92	0,52
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	125	22,77	0,83	0,00	287,73	0,83
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,49	3,93	20,23	116,62	10,22
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	25,42	99,96	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,48	0,64	11,07	56,45	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,18	0,19	8,90	42,83	0,00
Итого			594	12,89	14,70	87,67	500,67	27,45
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	19	2,39	2,16	0,14	29,55	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	16,75	13,79	11,66	242,88	16,32
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (аллергики)	180	4,33	6,15	21,03	159,25	31,94
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	5,38	2,17	33,43	174,90	0,04
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,18	0,19	8,90	42,83	0,00
Итого			410	25,88	18,35	64,53	533,96	21,52
Всего				52,28	47,12	211,33	1 434,51	60,49