



Заведующий  
ГБДОУ детский сад №1  
/Мартынюк А.В./

**МЕНЮ**

26 сентября 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                    | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                       |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
|                               |                     | Завтрак                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                    | 20     | 1,14              | 0,49    | 12,15            | 46,52                                    | 2,16                  |
| 2024                          | 45                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 130    | 4,16              | 6,04    | 22,87            | 162,79                                   | 0,30                  |
| 2024                          | 40                  | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                        | 150/12 | 0,16              | 0,04    | 10,86            | 27,87                                    | 0,16                  |
| 2012                          | 368                 | БАНАН                                                 | 92     | 1,43              | 0,48    | 15,95            | 80,20                                    | 9,50                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 404    | 6,89              | 7,05    | 61,83            | 317,38                                   | 12,12                 |
|                               |                     | II Завтрак                                            |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                  | 177    | 3,70              | 4,25    | 6,60             | 73,50                                    | 1,19                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 177    | 3,70              | 4,25    | 6,60             | 73,50                                    | 1,19                  |
|                               |                     | Обед                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 29                  | СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С<br>МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ      | 20/21  | 2,19              | 3,61    | 1,69             | 53,64                                    | 0,79                  |
| 2012                          | 83                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ | 150/20 | 6,96              | 6,96    | 14,89            | 150,28                                   | 8,04                  |
| 2012                          | 282                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ                                     | 55     | 9,44              | 9,78    | 9,80             | 164,95                                   | 0,06                  |
| 2012                          | 333                 | КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                              | 115    | 1,28              | 2,27    | 7,18             | 54,76                                    | 6,49                  |
| 2024                          | 22                  | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                       | 150    | 0,09              | 0,08    | 13,14            | 54,12                                    | 0,84                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 15     | 0,98              | 0,44    | 7,72             | 39,30                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 15     | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 561    | 21,63             | 23,27   | 60,78            | 547,64                                   | 16,22                 |
|                               |                     | Полдник                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 58                  | ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ                                         | 43     | 0,50              | 0,00    | 1,90             | 10,09                                    | 40,00                 |
| 2024                          | 55                  | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ                                 | 55     | 4,91              | 5,31    | 11,62            | 115,39                                   | 0,32                  |
| 2011                          | 127                 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                    | 120    | 3,02              | 3,95    | 15,70            | 110,99                                   | 7,06                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ                              | 146    | 0,73              | 0,15    | 14,76            | 62,85                                    | 2,92                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                      | 55     | 4,93              | 2,29    | 27,62            | 150,59                                   | 0,14                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 15     | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 434    | 14,78             | 11,83   | 77,96            | 480,50                                   | 50,44                 |
| Всего                         |                     |                                                       |        | 47,00             | 46,40   | 207,17           | 1 419,02                                 | 79,97                 |