



Утверждаю

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

**МЕНЮ**

16 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,97	2,00	8,01	45,82	0,04
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,33
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	155	3,22	2,65	12,78	88,80	0,50
2012	368	ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,87	42,03	10,07
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>7,99</b>	<b>11,23</b>	<b>53,58</b>	<b>318,28</b>	<b>10,94</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	142	3,04	3,56	5,51	63,64	1,00
<b>Итого</b>			<b>142</b>	<b>3,04</b>	<b>3,56</b>	<b>5,51</b>	<b>63,64</b>	<b>1,00</b>
<b>Обед</b>								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	42	0,46	0,08	1,58	9,97	10,39
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10	6,27
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	55	2,58	3,59	4,31	62,05	0,49
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,67	4,21	21,66	124,87	10,94
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	25,67	100,96	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,14	0,18	8,65	41,61	0,00
<b>Итого</b>			<b>602</b>	<b>12,81</b>	<b>14,76</b>	<b>88,11</b>	<b>501,83</b>	<b>28,33</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,41	2,19	0,14	29,85	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	15,48	13,80	13,10	243,78	17,21
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	1,96	0,85	13,59	118,58	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>21,15</b>	<b>17,06</b>	<b>45,71</b>	<b>476,80</b>	<b>22,46</b>
<b>Всего</b>				<b>44,99</b>	<b>46,61</b>	<b>192,91</b>	<b>1 360,55</b>	<b>62,73</b>