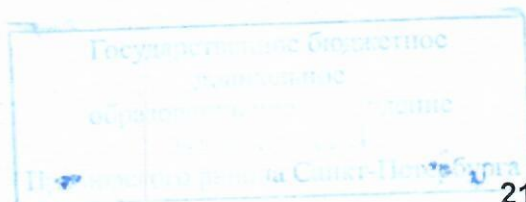


Утверждаю

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

**МЕНЮ**

21 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,00	0,42	10,58	40,49	1,88
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2012	368	ГРУША	89	0,36	0,27	9,20	41,97	4,47
<b>Итого</b>			<b>389</b>	<b>4,83</b>	<b>8,22</b>	<b>49,19</b>	<b>288,74</b>	<b>7,58</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	156	3,40	3,91	6,07	67,59	1,09
<b>Итого</b>			<b>156</b>	<b>3,40</b>	<b>3,91</b>	<b>6,07</b>	<b>67,59</b>	<b>1,09</b>
<b>Обед</b>								
2024	11	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	1,40	3,69	1,86	37,81	0,9
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,90	4,10	13,21	105,67	5,22
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	8,65	6,45	13,65	175,09	14,74
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15	60,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,98	0,44	7,72	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>521</b>	<b>16,11</b>	<b>15,01</b>	<b>58,54</b>	<b>464,61</b>	<b>80,87</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,25	0,14	30,76	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,67	12,25	11,36	215,02	14,41
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>21,46</b>	<b>17,76</b>	<b>41,74</b>	<b>423,66</b>	<b>15,13</b>
<b>Всего</b>				<b>45,80</b>	<b>44,90</b>	<b>155,54</b>	<b>1 244,60</b>	<b>104,67</b>