



Утверждаю

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

## МЕНЮ

29 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	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,09	0,46	11,59	44,36	2,06
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	103	2,88	2,57	4,64	58,12	0,72
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>7,44</b>	<b>10,57</b>	<b>48,35</b>	<b>308,89</b>	<b>3,57</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	149	0,74	0,15	15,01	63,89	2,97
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>0,74</b>	<b>0,15</b>	<b>15,01</b>	<b>63,89</b>	<b>2,97</b>
<b>Обед</b>								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	42	0,34	0,04	1,06	5,93	4,23
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	6,03	6,55	23,32	145,94	0,45
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,43	3,59	13,52	106,05	9,20
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,27	0,22	10,71	51,50	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,04	0,44	7,79	39,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>587</b>	<b>13,30</b>	<b>13,63</b>	<b>75,99</b>	<b>488,88</b>	<b>22,16</b>
<b>Полдник</b>								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	0,03	3,51	16,16	0,60
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	13,59	13,98	22,50	287,12	0,26
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,88	5,06	9,72	109,42	1,08
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,04	0,44	7,79	39,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>20,89</b>	<b>19,51</b>	<b>43,52</b>	<b>452,39</b>	<b>1,94</b>
<b>Всего</b>				<b>42,37</b>	<b>43,86</b>	<b>182,87</b>	<b>1 314,05</b>	<b>30,64</b>