

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района

/Селезнева А.С./

**МЕНЮ****12 февраля 2026 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	8,30	6,21	12,59	138,18	0,00
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>11,48</b>	<b>11,87</b>	<b>50,04</b>	<b>354,11</b>	<b>38,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (аллергики)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>3,08</b>	<b>2,97</b>	<b>10,12</b>	<b>79,20</b>	<b>0,66</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,89	2,82	9,43	73,21	11,55
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	17,61	7,42	2,52	172,95	13,24
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	20,00	13,44	0,00	203,20	0,00
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	8,53	23,32	158,90	0,00
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
TK №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	200	0,32	0,13	10,08	45,03	26,38
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>25,78</b>	<b>20,04</b>	<b>74,22</b>	<b>586,18</b>	<b>53,05</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5,73	10,24	15,32	177,08	32,74
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,95	4,51	20,86	148,07	0,03
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>17,57</b>	<b>21,29</b>	<b>65,01</b>	<b>503,48</b>	<b>35,55</b>
<b>Всего</b>				<b>57,91</b>	<b>56,17</b>	<b>199,39</b>	<b>1 522,97</b>	<b>127,61</b>