

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района

/Селезнева А.С./

**МЕНЮ****12 февраля 2026 г.****Ясли 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	130/15	5,95	4,83	16,28	131,08	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	180	1,61	1,17	9,20	54,10	0,25
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,72	75,52	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,14	36,18	36,18
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>9,26</b>	<b>9,84</b>	<b>42,34</b>	<b>296,88</b>	<b>36,46</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПЬТЬЕВОЙ	110	1,89	2,75	4,95	44,61	0,77
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (аллергики)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>1,89</b>	<b>2,75</b>	<b>4,95</b>	<b>44,61</b>	<b>0,77</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,59	2,07	8,53	61,44	9,69
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	10,49	5,73	2,13	118,57	7,86
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	65	16,65	11,19	0,00	169,16	0,00
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	2,37	2,95	15,07	96,31	0,00
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
TK №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	11,78	51,40	23,80
<b>Итого</b>			<b>613</b>	<b>17,80</b>	<b>11,66</b>	<b>56,78</b>	<b>424,81</b>	<b>42,85</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,88	2,00	1,84	28,79	1,44
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	5,10	7,50	13,60	142,99	28,73
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	9,05	60,33	0,38
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,44	4,78	20,56	151,24	0,03
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>16,77</b>	<b>16,85</b>	<b>60,47</b>	<b>461,95</b>	<b>30,58</b>
<b>Всего</b>				<b>45,72</b>	<b>41,10</b>	<b>164,54</b>	<b>1 228,25</b>	<b>110,66</b>