

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района
_____/Селезнева А.С./

МЕНЮ
23 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,21	4,66	21,00	147,45	0,55
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,20	4,50	34,10	190,00	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,57	1,15	9,38	54,52	0,25
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,54	3,36	6,77	60,36	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,63	9,50
Итого			425	7,70	9,55	46,46	306,96	10,30
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	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	1,60
Итого			110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,45	1,99	2,44	37,76	1,28
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,72	4,97	9,45	103,46	6,52
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	180	1,53	7,92	18,17	150,73	4,93
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	65	11,03	12,99	0,53	167,86	0,47
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	65	16,65	11,19	0,00	169,16	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,71	3,83	17,65	116,70	8,08
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	120	2,03	0,37	15,73	74,86	7,65
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,68	22,98	0,02
Итого			630	22,18	24,69	57,08	555,05	16,37
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,83	2,28	2,93	18,32	1,08
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	160	13,89	14,14	15,34	247,28	15,26
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (аллергики)	160	14,38	19,98	13,09	290,62	19,03
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,09	1,70	9,47	61,96	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			395	18,47	18,34	38,34	378,55	16,72
Всего				51,43	55,55	152,00	1 319,76	44,05