

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,16	6,42	21,60	165,65	0,65
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	3,20	4,50	34,10	190,00	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	5,76	23,50	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	4,08	7,27	10,31	123,68	0,08
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,63	9,50
Итого			460	9,73	14,07	46,98	357,46	10,25
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 (аллергии)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,00
Итого			110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	3,00	3,17	38,77	0,89
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,37	6,07	9,65	114,93	4,80
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	65	10,45	12,40	0,53	160,19	0,45
2012	310	ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергии)	60	10,87	10,99	0,00	142,21	0,44
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
	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	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,32	0,14	14,18	60,60	53,86
Итого			623	21,60	25,67	67,31	570,82	60,00
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	10,83	3,18	3,85	87,37	0,71
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	70	13,34	0,57	0,46	59,74	0,46
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	110	1,60	4,41	10,63	89,01	9,32
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,71	1,64	28,87	148,92	0,09
Итого			385	22,68	14,07	58,67	453,39	10,90
Всего				57,09	56,78	183,08	1 460,87	81,81