

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 марта 2026 г.

Ясли 5 часов завтрак

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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,55	5,40	21,73	154,44	0,59
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	8,50	34,60	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	7,04	10,29	47,19	313,95	10,34
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
Итого			110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,81	2,24	2,87	18,01	1,06
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	180/1	2,19	1,45	10,42	63,89	23,58
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	6,22	7,10	8,50	104,44	8,00
2012	310	ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	12,43	12,56	0,00	162,51	0,51
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	120	3,76	4,52	16,36	121,66	24,66
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	120	2,90	0,35	4,87	34,80	34,44
	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	0,11	0,00	5,76	23,50	0,02
Итого			626	16,29	16,22	65,24	437,79	57,32
Всего				26,41	29,48	122,55	830,94	68,32