

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В. Гаврилишина/

## МЕНЮ

6 марта 2026 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,43	7,11	20,59	168,82	0,54
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,61	1,29	8,63	53,18	0,22
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,92	3,78	9,33	75,02	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	73	0,58	0,15	5,47	27,71	27,71
Итого			403	8,54	12,33	44,02	324,73	28,50
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	142	3,85	3,43	6,20	77,66	0,40
Итого			142	3,85	3,43	6,20	77,66	0,40
<b>Обед</b>								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,59	3,18	3,36	41,13	0,95
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ	200	5,79	7,93	12,73	147,88	29,74
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	65	8,22	3,74	13,96	97,68	0,36
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,59	4,95	10,49	101,08	3,85
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	15,20	62,30	12,00
Итого			640	19,37	20,79	72,38	533,06	46,90
<b>Полдник</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,23	0,03	0,49	3,74	1,44
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	12,48	8,02	6,77	148,87	0,38
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,03	3,00	15,25	101,44	14,03
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,26	45,34	3,22
2008	пром.	БАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			420	17,27	12,12	62,70	438,88	19,07
Всего				49,03	48,67	185,30	1 374,33	94,87

Медицинская сестра



Семенова В.Н.