



заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В.Гаврилишина/

**МЕНЮ**

16 февраля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ 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	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,55	5,35	22,39	156,52	0,59
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,55	1,16	9,08	53,33	0,25
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,54	3,36	6,77	60,36	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	16	1,98	1,79	0,11	24,52	0,00
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,89	57,05
Итого			441	9,48	11,85	46,05	335,62	57,89
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Итого			110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
<b>Обед</b>								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	35	0,71	1,97	2,53	15,85	0,93
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180/1	3,95	4,36	10,27	110,70	0,90
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	65	6,81	4,54	8,73	95,70	0,38
2012	129	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ-	120	1,21	4,52	14,34	103,32	3,87
	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	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,88	0,00	19,27	79,45	2,88
Итого			621	16,38	16,15	73,90	498,21	8,96
<b>Полдник</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,42	1,87	2,29	35,47	1,20
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,80	5,87	3,52	85,88	0,03
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,27	3,41	12,84	85,83	2,85
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	376	-КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,40	0,09	17,29	72,28	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	25	1,10	2,38	16,98	101,12	0,00
Итого			400	13,31	13,80	61,40	421,37	4,08
Всего				41,31	44,16	191,49	1 325,19	72,83

Медицинская сестра

Семенова В.Н.