



Утверждаю

 И.о. заведующего
 ГБДОУ детский сад №37
 Майсак А.В.

МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,16	0,45	11,50	54,17	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2012	349	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	1,35	0,19	17,44	76,84	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,13	0,00	9,95	40,30	0,03
2012	368	ГРУША	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
Итого			395	5,01	8,27	50,70	305,10	5,98
II Завтрак								
2024	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	16,54	66,92	0,04
Итого			170	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
Обед								
2024	11	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	1,50	4,03	1,97	50,34	0,92
2012		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии)	29	0,24	0,03	0,74	4,12	0,00
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,41	4,75	13,99	116,55	5,56
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	9,20	6,86	14,52	186,28	15,68
2008	307	КУРА ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	11,30	11,38	0,33	148,72	0,63
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,57	12,46	0,58	172,48	0,25
2012	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	120	6,85	1,79	31,05	167,48	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,34	0,06	5,65	22,58	0,08
Итого			536	17,44	16,41	52,78	458,74	22,24
Полдник								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
2012		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,67	9,28	12,13	202,65	15,26
2024	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (аллергии)	180	15,72	15,84	13,37	259,78	20,11
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	3,40	2,50	5,50	6,10	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	99	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			470	18,04	14,77	43,50	360,58	15,28
Всего				44,19	43,70	153,58	1 197,92	44,69