

Утверждаю



И.О. заведующего
ГБДОУ детский сад №37
Журавкова В.В./

МЕНЮ

15 января 2026 г.

Ясли

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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	2,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (аллергии)	150	4,24	1,11	24,04	122,88	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2012	368	БАНАН	95	1,43	0,48	15,95	80,20	9,50
Итого			407	6,15	6,81	60,36	294,18	11,99
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			170	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	20/20	2,19	3,61	1,69	53,64	0,79
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,58	9,14	9,18	114,00	0,06
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,59	2,18	18,26	103,37	8,24
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (аллергии)	120	2,34	4,93	19,01	129,92	9,62
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	16,96	22,13	72,52	527,48	15,12
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	4,74	5,12	11,21	111,29	0,31
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,72	12,66	0,00	172,52	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	6,48
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (аллергии)	120	2,34	4,93	19,01	129,92	9,62
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,09
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			410	10,60	9,81	58,26	435,11	46,88
Всего				37,41	43,00	197,74	1 330,27	75,18