

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	1,07	0,45	11,36	43,50	2,02
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (аллергики)	200	2,02	0,29	26,16	115,28	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	34	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2.5%	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			400	7,34	10,49	47,99	306,42	3,51
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,80	6,30	22,42	140,29	0,43
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,40	3,52	13,25	103,97	9,02
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (аллергики)	120	2,34	4,93	19,01	129,92	9,62
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			580	13,00	13,31	74,57	479,91	21,72
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,41	15,69	0,58
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,25
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (аллергики)	200	2,02	0,29	26,16	115,28	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00	0,98
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			355	17,04	18,50	41,55	429,99	1,81
Всего				38,13	42,45	179,26	1 285,32	27,04