

Утверждаю

И.о. заведующего

ГБДОУ детский сад №37

Журавкова В.В./

МЕНЮ

4 марта 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	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	10	0,30	0,02	0,63	3,88	0,40
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,03	12,12	2,10	188,87	0,17
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ГРУША	97	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			402	8,49	12,56	25,84	296,17	5,34
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	173	3,10	4,50	8,10	72,00	0,54
Итого			173	3,10	4,50	8,10	72,00	0,54
Обед								
2012	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	45	0,50	2,35	1,72	30,89	31,59
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	6,01
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	60	5,26	6,00	12,07	126,61	1,67
2012	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,39	3,56	10,58	100,13	6,42
2024	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (В АССОРТИМЕНТЕ)	148	0,74	0,15	14,96	68,15	0,00
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
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			563	14,09	18,03	63,89	497,16	45,69
Полдник								
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,62	4,25	0,26	90,90	0,39
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	125	2,05	3,58	11,95	89,16	8,56
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,09	0,00	0,18	1,12	0,02
2024	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	2,62	3,30	40,80	138,41	0,04
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			407	11,39	11,30	61,65	360,27	9,01
Всего				37,07	46,39	159,48	1 225,60	60,58