



Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,28	1,89	7,78	57,54	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (аллергии)	200	2,02	0,29	26,16	115,28	0,00
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	34	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергии)	99	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			400	10,30	12,27	44,89	316,09	2,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	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
Итого			150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	6,01
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ (аллергии)	150/10	3,87	2,72	4,32	57,48	5,22
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	5,71	6,12	10,75	214,07	8,15
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	18,45	77,85	0,24
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	12,25	12,32	56,92	481,21	16,40
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,20	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,07
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,21	6,55	19,72	111,00	1,59
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (аллергии)	150	5,34	5,09	34,19	204,04	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3,75	3,28	22,11	126,86	0,04
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			426	15,01	17,72	63,01	419,15	2,36
Всего				38,31	42,46	179,97	1 285,45	21,49