

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №112

/Коновалова М.Е./

# МЕНЮ

22 января 2026 г.

## Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	21	1,84	1,87	7,48	42,80	0,00
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,00
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	129	2,40	6,18	22,92	141,63	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
<b>Итого</b>			<b>396</b>	<b>6,57</b>	<b>10,99</b>	<b>51,00</b>	<b>294,67</b>	<b>9,50</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	3,20	3,75	5,80	67,00	0,00
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	150	0,60	0,45	15,43	70,43	7,49
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,20</b>	<b>3,75</b>	<b>5,80</b>	<b>67,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10	0,00
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	51	2,41	3,35	4,03	57,96	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	129	2,52	3,97	20,43	117,80	0,00
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	25,42	99,96	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>12,45</b>	<b>14,28</b>	<b>86,12</b>	<b>488,48</b>	<b>10,24</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,69	3,34	0,21	45,68	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	15	3,47	4,47	0,00	24,00	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	159	9,67	9,28	12,13	202,65	0,00
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>16,53</b>	<b>13,65</b>	<b>44,17</b>	<b>445,92</b>	<b>5,16</b>
<b>Всего</b>				<b>38,75</b>	<b>42,67</b>	<b>187,09</b>	<b>1 296,07</b>	<b>24,90</b>