

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №112
/Коновалова М.Е./**МЕНЮ**
26 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		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	21	1,84	1,87	7,48	42,80	0,01
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	129	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	129	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,52	0,33	7,96	37,27	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,16	0,00	11,27	45,66	0,03
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	100	0,40	0,30	10,29	46,96	5,00
Итого			395	5,92	8,09	42,36	251,07	36,11
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	150	0,60	0,45	15,43	70,43	7,49
Итого			180	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,48	1,52	3,08	28,66	8,19
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,91
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	51	3,90	4,80	7,00	132,00	0,13
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	111	2,17	3,72	14,34	100,14	6,69
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			547	12,31	13,17	55,80	470,88	16,19
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	13,06	13,44	21,63	276,00	0,25
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	111	6,14	5,61	27,72	185,63	0,00
2010	44	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	51	14,59	12,51	0,29	171,93	0,12
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71	0,28
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,45	0,15	14,30	60,00	9,00
2014	266	ЧАЙ (аллергики)	150	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			329	14,84	14,20	51,26	409,11	9,53
Всего				36,17	39,96	157,52	1 204,06	63,09