

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №112

\_\_\_\_\_/Коновалова М.Е./

МЕНЮ

18 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                    | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                       |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                    | 20       | 1,06              | 0,45    | 11,25            | 43,07                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 51                  | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ                             | 129      | 4,05              | 4,66    | 27,35            | 139,74                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 23                  | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                         | 150      | 2,14              | 2,17    | 11,51            | 60,34                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                             | 150      | 0,09              | 0,00    | 6,96             | 28,18                                    | 0,02                  |
| 2024                          | 48                  | АПЕЛЬСИН                                              | 95       | 0,86              | 0,19    | 7,70             | 40,85                                    | 57,00                 |
| Итого                         |                     |                                                       | 394      | 8,11              | 7,47    | 57,81            | 284,00                                   | 57,00                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 20                  | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ<br>ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ           | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 1,26                  |
|                               | ТК<br>№002          | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)                              | 150      | 0,60              | 0,45    | 15,45            | 70,50                                    | 7,50                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 1,26                  |
| Обед                          |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 59                  | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И<br>МАСЛОМ                       | 39       | 2,40              | 4,41    | 3,08             | 60,27                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 30                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/15/5 | 3,90              | 4,60    | 9,51             | 112,06                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 122                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>(ПАРОВЫЕ)                  | 51       | 5,78              | 4,10    | 4,35             | 101,00                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 320                 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С<br>СОУСОМ МОЛОЧНЫМ         | 111      | 2,69              | 2,09    | 5,68             | 52,67                                    | 24,51                 |
| 2024                          | 31                  | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                       | 150      | 0,38              | 0,09    | 13,18            | 51,56                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 41                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 25       | 1,26              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 20       | 1,30              | 0,58    | 10,29            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 566      | 17,71             | 16,09   | 56,69            | 480,95                                   | 24,51                 |
| Полдник                       |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 38                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                         | 40       | 0,32              | 0,04    | 1,00             | 5,59                                     | 3,99                  |
| 2012                          | 219                 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                              | 129      | 5,74              | 12,57   | 14,86            | 216,81                                   | 0,00                  |
| 2010                          | 44                  | ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ<br>(аллергики)                      | 69       | 20,47             | 17,55   | 0,40             | 241,02                                   | 0,17                  |
| 2008                          | 323                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)             | 100      | 5,60              | 4,10    | 25,50            | 161,40                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 40                  | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                        | 150/12   | 0,16              | 0,04    | 10,86            | 27,87                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                                    | 39       | 1,88              | 1,68    | 20,00            | 112,80                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 20       | 1,12              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 390      | 9,22              | 14,51   | 55,20            | 403,86                                   | 3,99                  |
| Всего                         |                     |                                                       |          | 38,14             | 42,57   | 177,80           | 1 241,81                                 | 86,76                 |

Зав.производством \_\_\_\_\_ Иваненко О.Д.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 378228477860687393792280712198894233303137369413

Владелец Коновалова Мария Ефремовна

Действителен с 07.05.2026 по 07.05.2027