

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 155/1 Очаковская ул, 2 А
/Пушкарская Е.Н./

МЕНЮ
8 октября 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	78	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2	2,6	19	107	0
	TKN№0 21	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	170	3,4	2,9	13,5	94	0
Итого			350	8,6	9,6	39,5	279	0
II Завтрак								
	TKN№0 02	БАНАН (банан)	95	1,4	1,3	7,5	47	0
	TKN№0 03	ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	10	0,8	1	3	24	0
Итого			105	2,2	2,3	10,5	71	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, вода питьевая, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	40	0,6	4	6,8	66	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ПЕТРУШКОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыпльата потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, петрушка (зелень))	150/10/5	4,2	6,3	8,2	109	6,2
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба минтай филе, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт)	60	8,2	4,6	5,3	95	0,1
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, кабачки, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности)	120	1,9	1,6	8,9	63	5,8
	TKN№0 07	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			6	24	0
	TKN№0 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	TKN№0 22	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			615	18,4	17,5	58,6	474	12,1
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, вода питьевая, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	150	2,6	2,9	13,5	90	0
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин)	35	0,9	0,7	6,5	36	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,6	3,6	8,7	78	0
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3	1	4,2	40	0,5
	TKN№0 23	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	19	100	0
	TKN№0 12	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			500	11,7	10,7	59,6	384	0,5
Всего				40,9	40,1	168,2	1208	12,6