Утверждаю

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

МЕНЮ

16 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,8	5,1	28,3	178	0
	ТК№001	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	170/5/3	0,1		5,1	21	0
Итого			**358**	**8,1**	**9,2**	**40,4**	**277**	**0**
II Завтрак								
	ТК№002	БАНАН (банан)	95	1,4	1,3	7,5	47	0
	ТК№003	ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	10	0,8	1	3	24	0
Итого			**105**	**2,2**	**2,3**	**10,5**	**71**	**0**
Обед								
	ТК№004	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,3		0,7	4	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к, петрушка (зелень))	150/10/10	3,2	5,1	10	99	0
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба треска филе, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое)	60	4,6	4,8	2,5	71	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,3	3,9	21,6	131	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ (апельсин, вода питьевая, сахар песок)	180	2	2,4	18,6	104	0
	ТК№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК№006	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	53	0
Итого			**610**	**15,3**	**17**	**72,2**	**503**	**0**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	180	5,8	8,5	15	159	0
	ТК№007	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			6	24	0
	ТК№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи хлебопекарные сушеные, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	50	5,2	5,2	29,3	185	0
Итого			**430**	**12,4**	**13,9**	**58,8**	**409**	**0**
Всего				**38**	**42,4**	**181,9**	**1260**	**0**

_____