Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 81
/И.А.Моисеева/

МЕНЮ

12 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								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,45	7,22	20,10	167,88	0,55
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,74	1,39	9,20	56,84	0,23
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,95	3,89	9,57	77,15	0,03
Итого			**330**	**8,14**	**12,50**	**38,87**	**301,87**	**0,81**
II Завтрак								
2008	пром.	-ГРУША	95	0,38	0,29	9,80	44,72	4,76
Итого			**95**	**0,38**	**0,29**	**9,80**	**44,72**	**4,76**
Обед								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	3,57	5,61	12,57	117,38	12,89
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60	7,53	3,43	12,79	89,50	0,33
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,61	5,00	10,60	102,10	3,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	15,20	62,30	12,00
Итого			**615**	**14,63**	**14,48**	**58,03**	**405,77**	**30,61**
Уплотненный полдник								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	8,40	7,76	9,51	130,00	0,30
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,05	3,03	15,40	102,46	14,17
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,26	45,34	3,22
Итого			**330**	**10,62**	**10,81**	**35,17**	**277,80**	**17,69**
Всего				**33,77**	**38,08**	**141,87**	**1 030,16**	**53,87**