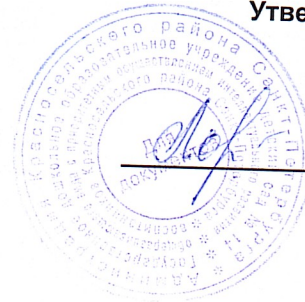


Утверждаю


 Заведующий
 ГБДОУ д/с №14
 /Н.Ю. Лазовская/

МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
2008	189	КАША МАННАЯ НА ВОДЕ (аллергии)	130	1,95	2,59	15,67	93,05	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,64	3,39	8,40	80,64	0,09
Итого			360	9,26	9,40	42,48	278,67	0,98
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,04	3,21	42,29	1,50
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72	2,88
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,09	6,79	7,22	133,67	0,64
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			618	15,99	17,17	73,75	503,13	5,02
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,04	1,20
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,43	5,24	6,90	98,70	0,11
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	60	9,98	11,03	9,63	177,67	0,08
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,49	15,17	103,05	3,83
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,16	0,00	11,27	45,66	0,03
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			420	13,38	13,72	64,39	450,38	5,89
Всего				40,77	42,65	190,76	1 302,17	13,79

Шеф повар (зав. производством)

Е.К. Петрова

