



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

28 апреля 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,05	0,45	11,14	42,64	0,00
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,37	6,09	19,77	147,99	0,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	3,77	3,94	18,95	126,43	0,25
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
Итого			400	8,62	10,86	47,25	295,54	0,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	152	0,76	0,15	15,35	65,36	3,04
Итого			152	0,76	0,15	15,35	65,36	3,04
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,31	0,04	0,98	5,48	3,91
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,00	5,51	8,86	97,53	16,35
2011	317	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	115	0,91	0,17	6,53	31,39	3,57
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	10,05	10,41	6,44	159,89	0,45
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,13	0,21	10,39	49,96	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,97	0,43	7,64	38,91	0,00
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
Итого			578	18,65	19,39	53,90	491,54	21,57
Полдник								
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2,34	3,48	5,77	64,51	20,03
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	110	1,58	5,11	11,29	97,87	5,52
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	65	6,12	4,63	0,29	99,00	0,00
	23-14	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	13,80	11,81	0,30	162,46	0,12
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	0,17	8,29	39,87	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	2,67	3,37	41,61	141,17	0,00
Итого			397	12,28	11,69	66,82	382,39	20,03
Всего				40,31	42,09	183,32	1 234,83	45,04