



Заведующий  
ГБДОУ №14  
Кузьма Л. Д./

## МЕНЮ

25 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,32	1,95	7,71	57,93	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,26	5,32	33,07	209,34	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2024	48	АПЕЛЬСИН	98	0,89	0,20	7,93	42,08	58,71
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>6,68</b>	<b>9,68</b>	<b>45,05</b>	<b>306,29</b>	<b>59,55</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,36	2,16	0,78	24,79	3,63
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	120	2,22	4,38	12,68	104,04	8,61
2012	333	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	115	0,61	0,31	4,69	24,44	6,30
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	7,94	6,41	5,98	129,36	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,13	6,30	30,28	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,84	0,36	6,32	32,23	0,00
2024	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ МАНДАРИН	150	0,17	0,05	8,36	35,18	3,46
<b>Итого</b>			<b>573</b>	<b>16,31</b>	<b>16,49</b>	<b>69,42</b>	<b>496,88</b>	<b>15,70</b>
<b>Полдник</b>								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,42	0,08	1,44	9,12	9,50
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	13,97	14,93	27,98	302,78	1,57
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	160	3,08	5,47	25,14	162,39	12,72
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	0,17	8,38	40,27	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
2024	39	ПРЯНИКИ	20	1,20	0,96	25,50	72,73	0,00
<b>Итого</b>			<b>488</b>	<b>19,39</b>	<b>18,64</b>	<b>74,77</b>	<b>497,60</b>	<b>11,09</b>