

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ Детский сад №120

/Герасимова С.В./

МЕНЮ

30 марта 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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,64	1,66	6,65	38,04	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			395	5,97	9,38	43,76	285,17	57,84
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	174	3,01	4,36	7,85	70,78	0,00
Итого			174	3,01	4,36	7,85	70,78	0,00
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	25	0,23	1,39	0,50	15,91	2,33
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	7,29	5,89	5,49	118,80	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,57	4,59	10,03	90,80	0,00
2024	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,09	0,07	9,03	30,35	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,62	0,12	5,72	27,50	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,87	0,37	6,54	33,34	0,00
Итого			543	14,77	15,43	66,31	457,70	2,33
Полдник								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	36	0,39	0,07	1,35	8,54	8,90
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	6,97	7,30	24,97	192,24	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	33	ПРЯНИКИ	18	1,09	0,86	23,00	65,60	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	0,83	0,15	7,61	36,61	0,00
Итого			487	12,87	11,51	69,53	401,81	9,80
Всего				36,62	40,68	187,45	1 215,46	69,97

МЕНЮ

30 марта 2026 г.

Сад 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	3,40	3,14	9,15	79,03	0,06
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			475	10,42	11,71	51,80	350,03	60,86
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	193	2,71	4,85	12,68	88,04	0,00
Итого			193	2,71	4,85	12,68	88,04	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,34	0,90	1,04	13,57	0,00
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	7,88	8,46	6,97	165,81	0,00
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,77	0,23	11,32	54,46	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,89	0,73	12,95	66,02	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,91	4,89	11,98	106,40	8,41
Итого			697	17,93	21,47	89,62	634,56	8,41
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	8,42	3,85	18,11	113,38	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,70	2,12	4,15	117,54	0,00
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	172	0,00	0,00	17,77	71,08	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,48	0,20	9,43	45,38	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,58	0,61	10,79	55,02	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	27	1,61	9,47	11,01	99,92	0,00
Итого			447	15,79	16,25	71,26	502,32	0,00
Всего				46,85	54,28	225,36	1 574,95	69,27