Согласовано

Заведующий
ГБДОУ "РАДУГА" ул.ОДЕССКАЯ д.2.
_____/ТИМОФЕЕВА Н.Н./

МЕНЮ

9 июля 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	88	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,4	5,3	13	117	0
	ТК№015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,6	2,3	12	79	0
Итого			**350**	**8,4**	**9,7**	**40,8**	**284**	**0**
II Завтрак								
	ТК№002	БАНАН	95	1,4	1,3	7,5	47	0
	ТК№003	ВАФЛИ	10	0,8	1	3	24	0
Итого			**105**	**2,2**	**2,3**	**10,5**	**71**	**0**
Обед								
	ТК№004	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3		0,7	4	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ПЕТРУШКОЙ	150/10/5	4,6	6,2	8,7	109	0
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	5,5	3,2	6,6	77	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,7	5,6	26,8	164	0
	ТК№001	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/5/3	0,1		5,1	21	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№006	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53	0
Итого			**598**	**15,4**	**15,8**	**68,8**	**479**	**0**
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	2,8	5	9	92	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,3	1,2	8	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	2,6	3,6	8,7	78	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№006	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,2	4,6	23,1	151	0
Итого			**465**	**13**	**14,3**	**62,9**	**433**	**0**
Всего				**39**	**42,1**	**183**	**1267**	**0**

Повар _____ Трундукова Г.А.