



Заведующий
ГБДОУ №3
ЮРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

6 октября 2026 г.

Ясли 24 часа

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	40	5,45	4,44	19,28	139,60	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,39	7,65	25,72	194,22	0,74
	TKN№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	4,06	3,45	11,58	94,59	0,75
Итого			340	14,90	15,54	56,58	428,41	1,57
II Завтрак								
	TKN№00 6	БАНАН СВЕЖИЙ	90	1,35	0,45	18,90	86,40	9,00
Итого			90	1,35	0,45	18,90	86,40	9,00
Обед								
	TKN№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,61	0,11	2,12	13,36	13,92
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,61	5,18	15,10	125,78	4,82
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	23,46	9,59	18,55	279,47	17,02
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,66	0,27	14,21	74,45	80,00
	TKN№01 6	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TKN№01 2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			561	31,79	15,78	66,19	573,15	115,76
Полдник								
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,30	6,09	30,28	196,89	0,13
2008	442	СОК	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
Итого			200	6,05	6,09	49,33	279,39	6,13
Ужин								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	10,55	5,58	3,20	105,29	0,91
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,58	4,52	20,79	134,31	10,50
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,29	0,07	9,90	43,01	8,04
	TKN№01 6	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	TKN№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			360	15,54	10,79	47,95	352,51	19,45
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	160	4,71	4,06	6,83	87,75	0,49
Итого			160	4,71	4,06	6,83	87,75	0,49
Всего				74,34	52,71	245,78	1 807,61	152,40

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.