

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №31

/Лобанова Е.С./

**МЕНЮ**

10 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	24	1,26	0,54	13,39	51,25	2,38
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3,20	2,50	11,00	80,00	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>7,93</b>	<b>10,58</b>	<b>56,51</b>	<b>337,66</b>	<b>3,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	159	0,00	0,00	15,89	63,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>159</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>15,89</b>	<b>63,58</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	42	2,69	2,85	4,61	54,80	2,33
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	49	5,80	6,30	22,42	140,28	0,43
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	128	2,69	5,59	11,96	109,59	9,50
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>589</b>	<b>16,66</b>	<b>18,19</b>	<b>76,89</b>	<b>534,73</b>	<b>20,54</b>
<b>Полдник</b>								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,41	15,69	0,58
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	108	10,92	11,24	18,09	230,85	0,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	184	2,63	4,68	8,98	100,98	1,00
2024	39	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>357</b>	<b>16,13</b>	<b>17,33</b>	<b>63,19</b>	<b>458,12</b>	<b>1,79</b>
<b>Всего</b>				<b>40,72</b>	<b>46,10</b>	<b>212,48</b>	<b>1 394,09</b>	<b>25,50</b>

Ответственный \_\_\_\_\_ Капитонова В.А.