

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №31

/Лобанова Е.С./

МЕНЮ

3 апреля 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	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	132	6,29	5,92	21,29	164,50	0,04
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,19	2,73	19,31	115,21	0,59
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	96	1,35	0,45	18,90	86,42	9,02
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,98	0,44	7,72	39,30	0,00
Итого			393	11,81	9,54	67,22	405,43	9,65
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	187	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
Итого			187	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	5,40	6,46	10,70	126,07	5,92
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	59	6,85	4,86	5,15	119,63	0,08
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	113	1,80	3,68	11,58	86,45	4,90
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,63	0,04	11,83	50,71	0,20
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			558	16,26	15,30	50,86	439,44	15,09
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	37	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	11,37	13,47	26,41	272,85	1,71
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	159	0,45	0,15	14,30	60,00	9,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			401	14,77	14,46	60,63	433,24	18,21
Всего				45,94	43,80	186,81	1 351,11	44,21

Ответственный _____ Капитонова В.А.