

Утверждаю
 ГБДОУ №69 Красносельского района
 Чаликова Э.А.

**МЕНЮ**

18 мая 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								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,98	4,54	19,82	140,74	0,54
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,52	1,14	9,04	52,81	0,24
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,54	3,36	6,77	60,36	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
Итого			350	9,52	11,28	35,77	284,56	0,78
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	76	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,39	4,96	7,61	94,68	5,58
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	61	14,56	8,07	0,44	141,29	0,44
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,61	5,00	10,60	102,10	3,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,89	0,73	12,98	66,16	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	178	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			583	23,72	18,93	39,79	443,49	9,91
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	29	0,79	2,17	2,78	17,42	1,03
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	175	13,71	14,31	12,67	237,04	15,14
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,06	1,66	9,25	60,60	0,38
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	40	3,44	2,17	13,30	86,71	0,04
Итого			448	21,59	20,52	48,17	450,72	16,59
Всего				58,33	53,86	129,37	1 249,41	28,16

Утверждаю

ГБДОУ №69 Красносельского района
Чепикова Э.А./**МЕНЮ**

18 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,81	3,23	19,71	129,10	0,29
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	24	3,05	2,75	0,16	37,66	0,00
Итого			399	11,45	12,12	42,39	317,37	0,59
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 2,5	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	76	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,86	6,65	9,22	118,63	6,86
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	13,94	14,91	0,56	199,81	0,60
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	149	3,36	3,97	21,99	138,01	10,09
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,90	0,25	12,17	58,57	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,59	10,39	52,96	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	178	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			721	25,58	26,37	54,33	567,98	17,55
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	48	1,31	3,61	4,61	38,52	1,70
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	215	17,32	17,94	18,15	306,99	18,73
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,90	0,25	12,17	58,57	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,58	2,80	12,94	68,00	0,58
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	4,71	3,30	17,74	119,84	0,05
Итого			542	27,80	27,90	65,61	591,92	21,06
Всего			68,33	69,52	167,97	1 547,91	40,08	