



# МЕНЮ

25 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,34	5,17	20,30	145,85	0,58
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,54	1,15	9,06	53,03	0,25
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	19	0,52	3,26	6,57	58,55	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,41	2,17	0,14	29,72	0,00
<b>Итого</b>			<b>349</b>	<b>8,81</b>	<b>11,75</b>	<b>36,07</b>	<b>287,15</b>	<b>0,83</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ФРУКТВЫЙ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008	106	-СУП С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180/1	5,99	6,58	12,23	132,17	0,32
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	58	8,02	7,47	1,10	103,60	0,29
2012	129	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ-	122	2,56	3,38	9,52	80,18	3,04
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,34	0,18	8,60	41,38	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,56	9,99	50,90	0,00
2012	382	СОК АБРИКОСОВЫЙ	178	0,01	0,00	9,81	39,23	0,00
<b>Итого</b>			<b>578</b>	<b>19,38</b>	<b>18,17</b>	<b>51,25</b>	<b>447,46</b>	<b>3,65</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	57	7,20	5,42	3,25	79,24	0,03
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	105	2,20	3,30	12,45	83,23	2,76
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,34	0,18	8,60	41,38	0,00
2008	376	-КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,40	0,09	17,29	72,28	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	25	1,83	2,39	18,15	101,70	0,00
2008	пром.	-ГРУША	103	0,41	0,31	10,65	48,58	5,17
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>13,38</b>	<b>11,69</b>	<b>70,39</b>	<b>426,41</b>	<b>7,96</b>
<b>Всего</b>				<b>45,07</b>	<b>44,74</b>	<b>163,35</b>	<b>1 231,66</b>	<b>13,32</b>

Утверждаю  
 ГБДОУ №69 Красносельского района  
 Челикова Э.А.

## МЕНЮ

25 мая 2026 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,76	5,64	26,58	181,11	0,78
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24	0,77	5,52	9,36	98,99	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,49	2,26	0,14	30,88	0,00
<b>Итого</b>			<b>394</b>	<b>10,41</b>	<b>14,81</b>	<b>48,85</b>	<b>381,51</b>	<b>1,08</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008	106	-СУП С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	6,84	7,33	13,81	148,83	0,45
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	67	10,33	9,46	1,08	130,67	0,31
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	127	1,23	5,76	17,85	123,87	4,08
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,69	0,22	10,83	52,12	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,17	0,84	14,89	75,88	0,00
2012	382	СОК АБРИКОСОВЫЙ	198	0,01	0,00	13,40	53,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>647</b>	<b>22,27</b>	<b>23,61</b>	<b>71,86</b>	<b>584,95</b>	<b>4,84</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	8,77	4,76	7,80	135,37	0,04
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	139	3,52	6,30	18,88	131,63	3,61
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,03	0,27	12,97	62,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,81	27,24	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
2008	пром.	ГРУША	109	0,44	0,33	11,21	51,13	5,44
<b>Итого</b>			<b>584</b>	<b>16,94</b>	<b>14,51</b>	<b>79,32</b>	<b>529,12</b>	<b>9,09</b>
<b>Всего</b>				<b>53,12</b>	<b>56,06</b>	<b>205,67</b>	<b>1 566,22</b>	<b>15,89</b>