

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Лялина Л.В/

МЕНЮ

20 января 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	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,19	0,50	12,60	48,24	0,00
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	98	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
Итого			398	7,46	10,54	49,23	299,17	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	146	0,73	0,00	18,59	80,49	5,85
Итого			146	0,73	0,00	18,59	80,49	5,85
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,68	6,17	21,97	137,48	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,44	3,63	13,65	107,09	0,00
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			583	12,92	13,29	74,52	480,22	4,85
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,44	15,85	0,00
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	11,91	12,26	19,73	251,71	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			346	15,89	17,32	39,68	405,86	0,00
Всего				37,00	41,15	182,02	1 265,74	10,70

Шеф повар

Прудникова О.П.