

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №106
/Макеева Л.Г./**МЕНЮ**
26 февраля 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	1,09	0,46	11,59	44,36	2,06
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	4,57	5,26	22,20	166,45	0,32
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
2012	368	БАНАН	79	1,19	0,40	13,24	66,57	7,89
Итого			391	5,94	6,74	57,99	281,84	10,44
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	161	3,52	4,04	6,27	69,83	1,13
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	170/6	0,00	0,00	7,95	32,17	0,00
Итого			161	3,52	4,04	6,27	69,83	1,13
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	20/20	3,44	3,53	1,69	52,31	0,79
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	6,76	6,57	13,24	139,17	7,16
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	8,93	9,57	7,89	153,36	0,06
2008	68	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (аллергии)	50	10,72	9,19	0,33	126,65	0,17
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	115	1,25	2,20	6,97	53,21	6,30
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	105	2,02	4,87	16,44	117,79	8,32
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,34	0,60	10,60	53,97	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,13	6,29	30,27	0,00
Итого			561	22,49	22,68	59,69	535,87	15,14
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	39	0,50	0,00	1,88	9,99	39,60
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	9,25	4,80	15,15	140,85	0,30
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (аллергии)	45	5,83	3,15	3,98	67,53	0,13
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,01	3,53	10,48	99,12	6,35
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	105	2,02	4,87	16,44	117,79	8,32
2008	442	ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ	167	0,00	0,00	16,67	75,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,32	1,84	25,11	134,27	0,10
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,13	6,29	30,27	0,00
Итого			426	16,76	10,30	75,58	489,50	46,35
Всего				48,71	43,76	199,53	1 377,04	73,00