



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

/Савенкова Т.М./

МЕНЮ

3 июля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецeп- 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,15	0,45	7,91	40,31	0,00
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,93	5,72	20,67	150,54	0,52
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,90	2,43	11,54	80,29	0,54
Итого			300	7,98	8,60	40,12	271,14	1,06
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,67	4,80	5,26	79,26	2,57
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	9,78	15,74	4,89	200,66	1,82
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,73	12,86	65,50	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			515	15,86	21,49	39,16	416,78	5,25
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	10,01	10,02	6,88	157,67	0,08
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	9,89	7,10	62,39	353,75	1,60
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
Итого			361	20,36	17,18	77,49	548,12	9,84
Всего				44,20	47,27	156,77	1 236,04	16,15