Утверждаю

ГБДОУ "Детский сад №60"
_____/КУЛАКОВА А. В./

МЕНЮ

26 января 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,5	1,7	23	1,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	7,5	13,3	1,5	153	0,1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,5	11,5	79	0,5
Итого			**300**	**14,7**	**21,4**	**21,7**	**317**	**1,8**
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,8	0,2	13,8	62	0
Итого			**150**	**0,8**	**0,2**	**13,8**	**62**	**0**
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (С 01,11 ПО 01,06)	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4	4,4	8,6	91	7,1
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	1,8	5,6	2,9	72	0,1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	2,1	15,5	89	7,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3	0,1	21,6	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,3	11,6		0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6		0
Итого			**610**	**12,8**	**17**	**76,9**	**389**	**17,4**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	4,9	7,4	13,3	157	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150	0,1		6,8	28	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	9,3		0
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	3,8	1,3	21	108	0,1
Итого			**430**	**10,5**	**9,3**	**60,2**	**340**	**10,1**
Всего				**38,8**	**47,9**	**172,6**	**1108**	**29,3**