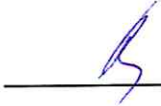




МЕНЮ
2 февраля 2026 г.

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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,48	42,80	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,04	8,58	17,46	163,71	0,34
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,44	2,34	11,70	78,20	0,39
2024	48	АПЕЛЬСИН	98	0,89	0,20	7,93	42,08	58,71
Итого			398	9,21	12,99	44,57	326,79	59,44
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	181	2,58	4,59	8,80	99,00	0,00
Итого			181	2,58	4,59	8,80	99,00	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,38	3,10	1,21	34,16	4,83
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	8,42	6,80	6,34	137,28	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,26	6,84	12,98	133,41	8,86
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,73	0,14	6,74	32,43	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			617	17,30	20,41	77,16	569,14	13,69
Полдник								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,48	0,09	1,67	10,56	11,00
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	7,91	8,28	28,34	218,16	0,00
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15	60,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,97	0,18	8,88	42,71	0,00
2024	39	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55	0,00
Итого			390	10,98	10,22	65,79	410,13	71,00
Всего				40,07	48,21	196,32	1 405,06	144,13

 Лавриненко В.А.



ГБДОУ Д/С 62
/ЯНКОВСКАЯ В.М/

МЕНЮ
2 февраля 2026 г.

Сад 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,86	3,57	10,38	89,69	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	7,78	9,34	37,04	264,25	0,68
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,16	3,12	12,95	93,33	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	103	0,93	0,21	8,34	44,29	61,80
Итого			483	15,73	16,24	68,71	491,56	63,07
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Итого			201	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,50	1,35	1,56	20,36	0,00
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	9,03	9,69	7,99	190,03	0,00
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	155	1,68	2,94	9,42	71,54	8,53
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,09	0,27	13,36	64,25	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,57	79,39	0,00
Итого			761	18,71	21,39	93,26	653,87	8,53
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,44	0,11	1,65	10,56	4,40
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	195	8,44	7,11	33,13	245,64	14,48
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,74	0,23	11,13	53,54	0,00
2024	ТК № 42	ПЕЧЕНЬЕ	22	1,67	2,18	16,55	92,77	0,00
Итого			467	12,89	9,87	84,46	495,51	90,88
Всего				50,12	52,50	259,50	1 731,70	162,48

Лавриненко В.А.