ГБДОУ "Детский сад №3

Подписано цифровой подписью: Заведующий Спиро Мария Вадимовна

МЕНЮ

17 ноября 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	6,49	16,49	136,59	0,34
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,36	1,77	11,11	68,50	0,39
Итого			**300**	**7,42**	**8,71**	**38,85**	**248,16**	**0,73**
II Завтрак								
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			**95**	**0,86**	**0,19**	**7,70**	**40,85**	**57,00**
Обед								
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,45	2,21	13,07	78,20	0,96
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	20,58	8,05	12,20	228,28	1,42
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,48	0,20	14,77	70,66	60,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			**506**	**27,50**	**11,17**	**56,69**	**460,13**	**62,38**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	8,15	5,89	4,88	101,26	0,22
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,17	3,86	13,76	96,31	0,10
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			**350**	**11,53**	**9,93**	**34,08**	**266,54**	**0,34**
Всего				**47,31**	**30,00**	**137,32**	**1 015,68**	**120,45**