ГБДОУ детский сад № 22

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 22
_____ /Л.Н.Чаплинская/

МЕНЮ

19 июня 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15	0,92	0,35	6,28	32,02	0,00
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,67	6,23	9,36	108,90	0,54
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,00	2,50	4,99	55,20	0,56
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,70
Итого			**395**	**10,39**	**11,58**	**25,14**	**240,64**	**1,80**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	111	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**111**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,34	7,95	6,42	115,60	6,03
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	10,82	15,32	16,91	249,16	8,03
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,06	0,00	4,59	18,59	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,31	0,61	10,81	55,12	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,61	31,81	0,00
Итого			**551**	**17,25**	**24,02**	**45,34**	**470,28**	**14,06**
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	22	0,24	0,04	0,84	5,27	5,49
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	9,78	9,83	5,68	150,23	0,08
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,19	6,79	19,17	151,14	1,56
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	0,30	2,39	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	8,11	6,33	19,36	167,36	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,61	31,81	0,00
Итого			**424**	**22,17**	**23,13**	**51,96**	**508,20**	**7,83**
Всего				**49,81**	**58,73**	**122,44**	**1 219,12**	**23,69**