

Согласовано



Заведующий
ГБДОУ № 32-2
Проскурина О.А./

МЕНЮ

7 сентября 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТК№ -189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	5,1	5,3	27,7	194	0,38
2008	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			360	8,4	9,4	40,6	280	0,38
II Завтрак								
2008	ТТК№ -435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	2,7	3	13	90	0,5
Итого			100	2,7	3	13	90	0,5
Обед								
2022	ТТК№ -17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленные)	40	0,3		0,7	5	0
ТТК	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), лавровый лист)	180	1,2	3,4	5,4	79	0
2024	268	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	7,2	9	4	98	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,3	2,3	15,6	93	0
2008	ТТК№ -39	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,6	97	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			620	14	15,6	68,1	465	0
Уплотненный полдник								
2024	ТТК№ -283	ПЛОВ (свинина б/к (нежирная), масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	160	7,3	10,8	8,7	155	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,6	0,2	20	86	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	ТТК№ -479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи хлебопекарные сушеные, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,1	2,8	14,1	100	0
2012	9.1.2.6	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	95	0,4	0,3	9,8	45	4,8
Итого			475	12,8	14,3	61,1	427	4,8
Всего				37,9	42,3	182,8	1262	5,68

Повар

Алексеева Н.П.