

Согласовано

Заведующий

ГБДОУ № 32-2

/проскурина О.А./



МЕНЮ

11 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	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30	2,6	3,4	8,7	79	0	
2008	ТТК№ -190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	2,6	3,2	18,3	124	0	
2008	ТТК№ -40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	2,8	13,6	77	0	
			360	8,4	9,4	40,6	280	0	
Итого									
II Завтрак									
2008	ТТК№ -435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	2,7	3	13	90	0,5	
			100	2,7	3	13	90	0,5	
Итого									
Обед									
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	40	0,6	2,1	3,3	37	0	
2008	ТТК№ -73	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, лавровый лист, свинина б/к (нежирная))	180	3,8	4,1	2,1	67	0	
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (грудка птицы (филе), батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	2,3	5	3,3	71	0,43	
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	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 0,2)	180	0,5		29,7	122	10,8	
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	
			620	12,4	14,3	72,8	483	11,23	
Итого									
Уплотненный полдник									
2008	ТТК№ -306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	180	7,1	9,8	4,8	104	0	
2008	ТТК№ -39	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1	0,1	9	47	0	
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0	
2008	ТТК№ -477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,9	5	34	208	0	
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	95	0,3	0,3	9,7	43	0	
			495	13,8	15,4	66	443	0	
Итого					37,3	42,1	192,4	1296	11,73
Всего									

Повар

Алексеева Н.П.