



МЕНЮ
26 февраля 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								
2008	190	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ (вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа манная)	150	6	6,8	24,9	186	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/8	2,4	6,8	14,8	130	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, кофейный напиток, сахар песок)	145	3,6	4	12,1	100	0,7
Итого			343	12	17,6	51,8	416	1,4
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	102	2,9	2,5	4,6	58	0,7
Итого			102	2,9	2,5	4,6	58	0,7
Обед								
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, картофель, свекла, томатная паста, сметана 15% жирности, сахар песок, кури потрош. 1 категории)	165	6,6	7,1	19,4	172	8,9
2008	280	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай неразделанный, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, батон простой)	35	5,9	2,6	5	66	0,2
2012	321	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	3,8	3,1	24,1	140	0
2008	406	КОМПОТ ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ (красная смородина, сахар песок)	150			11,5	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			498	18,8	13,1	75,9	501	9,1
Полдник								
2008	479	КРЕКЕР, КОНФЕТЫ (крекер, конфеты молочные)	46/30	0,8		24,3	101	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	155	0,1		6,1	25	0
Итого			231	0,9		30,4	126	0
Ужин								
2008	335	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	133	0,4	0,1	1,3	7	2,2
2012		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	120	3,1	4	19,9	129	9,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		6	24	0
Итого			408	3,6	4,1	27,2	160	11,8
Всего				38,2	37,3	189,9	1261	23

Повар _____

И.О. Заведующий
МБДОУ "Детский сад №156"
(Соколов М.С.)

И.О. Заведующий
МБДОУ «Детский сад №156»
Сokolov M.O.

Повар