

Утверждаю



Заведующая  
ГБДОУ №2  
И.С.И.

**МЕНЮ**  
14 сентября 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                   | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                      |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 59                  | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                    | 20       | 1,86              | 1,89    | 7,55             | 43,23                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 8                   | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130      | 2,07              | 5,71    | 17,58            | 145,89                                   | 0,84                  |
| 2024                          | 9                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 150      | 1,40              | 1,82    | 11,83            | 60,39                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 300      | 5,33              | 9,42    | 36,96            | 249,51                                   | 0,84                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 48                  | АПЕЛЬСИН                                             | 92       | 0,83              | 0,18    | 7,47             | 39,62                                    | 55,29                 |
| Итого                         |                     |                                                      | 92       | 0,83              | 0,18    | 7,47             | 39,62                                    | 55,29                 |
| Обед                          |                     |                                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                              | 43       | 0,32              | 2,59    | 1,01             | 28,51                                    | 4,03                  |
| 2024                          | 36                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И ГРЕНКАМИ             | 150/25/1 | 7,24              | 3,45    | 33,26            | 193,31                                   | 2,93                  |
| 2011                          | 274                 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ                                      | 59       | 8,34              | 13,62   | 11,65            | 202,63                                   | 0,83                  |
| 2008                          | 349                 | РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)                           | 157      | 1,73              | 5,58    | 9,66             | 96,26                                    | 4,59                  |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                      | 150      | 0,30              | 0,00    | 5,80             | 85,00                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 15       | 0,70              | 0,13    | 6,49             | 31,20                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 15       | 1,05              | 0,45    | 7,86             | 40,09                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 615      | 19,68             | 25,82   | 75,73            | 677,00                                   | 12,38                 |
| Полдник                       |                     |                                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 239                 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                                       | 69       | 8,89              | 5,84    | 10,27            | 129,03                                   | 0,18                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                    | 115      | 2,35              | 6,96    | 15,74            | 135,21                                   | 7,61                  |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                       | 150      | 0,46              | 0,18    | 16,17            | 76,84                                    | 55,38                 |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20       | 0,92              | 0,17    | 8,46             | 40,68                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 15       | 1,15              | 0,45    | 7,91             | 40,31                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 369      | 13,77             | 13,60   | 58,55            | 422,07                                   | 63,17                 |
| Всего                         |                     |                                                      |          | 39,61             | 49,02   | 178,71           | 1 388,20                                 | 131,68                |

Медицинская сестра Митрофанова Л.В.