



Утверждаю



И.О. Заведующего  
ГБДОУ № 35 -2  
Крундышева В.И./

# МЕНЮ

11 июня 2026 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,93	1,96	7,84	44,87	0,04
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,33
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	3,31	5,29	18,21	133,76	0,33
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	145	1,91	2,51	11,06	69,18	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,12	0,00	5,07	20,69	0,02
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>6,62</b>	<b>11,03</b>	<b>51,13</b>	<b>295,33</b>	<b>10,34</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,20</b>	<b>3,75</b>	<b>5,80</b>	<b>67,00</b>	<b>1,05</b>
<b>Обед</b>								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	7,31	5,73	7,51	112,63	6,77
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	55	2,69	3,74	4,50	64,75	0,51
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,49	3,93	20,23	116,62	10,22
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	25,17	98,96	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>598</b>	<b>15,51</b>	<b>14,31</b>	<b>77,66</b>	<b>495,62</b>	<b>27,74</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	10,06	9,65	12,62	210,76	16,81
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,85	0,80	12,82	111,87	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>15,67</b>	<b>12,90</b>	<b>44,46</b>	<b>437,68</b>	<b>22,06</b>
<b>Всего</b>				<b>41,00</b>	<b>41,99</b>	<b>179,05</b>	<b>1 295,63</b>	<b>61,19</b>