

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 87  
/Е.Л. Емельянова/**МЕНЮ**  
30 марта 2026 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,91	6,97	17,44	148,62	0,30
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	71	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>7,64</b>	<b>9,65</b>	<b>47,24</b>	<b>302,26</b>	<b>57,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	133	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>133</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	55	0,37	2,05	0,79	24,00	2,32
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	65	8,59	6,93	6,47	139,92	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	105	1,39	2,84	7,33	60,98	8,79
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>581</b>	<b>16,55</b>	<b>15,48</b>	<b>70,84</b>	<b>487,35</b>	<b>11,11</b>
<b>Полдник</b>								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	66	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	9,16	9,59	32,83	252,72	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	39	ПРЯНИКИ	21	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>441</b>	<b>11,79</b>	<b>10,78</b>	<b>74,77</b>	<b>402,48</b>	<b>10,02</b>
<b>Всего</b>				<b>35,98</b>	<b>35,91</b>	<b>192,85</b>	<b>1 192,09</b>	<b>78,43</b>