Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 119 (ул. Композиторов 20 корп 2)
_____ /Сахарова О.В./

МЕНЮ

19 октября 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТКФ№ -189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	5,2	5,5	23,4	165	0,5
2022	ТТКФ№ -26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	ТТКФ№ -28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,7	2,1	10,6	73	0,5
Итого			**350**	**12,6**	**13,7**	**55,9**	**383**	**1**
II Завтрак								
2008	ТТКФ№ -435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	2,7	3	13	90	0,5
Итого			**100**	**2,7**	**3**	**13**	**90**	**0,5**
Обед								
2022	ТТКФ№ -17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,3		0,7	5	0
ТТК	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), лавровый лист)	180	1,6	2,9	6,5	62	9,4
2024	268	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	9,1	3,7	4,4	88	0,5
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,5	2,3	16,9	98	8
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 0,2)	180	0,5		29,1	120	10,6
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	51	0
Итого			**620**	**16,9**	**9,7**	**76,1**	**465**	**28,5**
Уплотненный Полдник								
2024	ТТКФ№ -283	ПЛОВ (свинина б/к (нежирная), масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	160	7,3	10,8	8,7	155	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,4	0,1	14,6	68	46,6
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			**425**	**9,5**	**11,5**	**41,1**	**309**	**56,1**
Всего				**41,7**	**37,9**	**186,1**	**1247**	**86,1**

Повар _____ Логинова О.А.