

Утверждаю



Заведующий
МБДОУ "ЦРР-д/с №54 "Малыш"
Сагач С.А./

МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ №189	170	4,2	5,5	22,3	154	0
2004	54	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №54	150	2,4	2,8	12,2	82	0
2010	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/10	2,7	2	10,8	72	0
Итого			360	9,3	10,3	45,3	308	0
II Завтрак								
	62	СНЕЖОК	100					0
Итого			100					0
Обед								
2008	95	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	170	2,7	4,2	13,3	101	0
	327	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ №327	110/5	14,6	4,6	30,4	221	0
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70					0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	20	1,5	0,1	16,6	74	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,5	0,2	9,4	45	0
Итого			550	20,3	9,1	77,4	472	0
Полдник								
	443	ВАРЕНИКИ ОТВАРНЫЕ С КАРТФЕЛЕМ И МАСЛОМ П/Ф	150		2,8		26	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	150			4,8	19	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	20	1,5	0,1	16,6	74	0
Итого			320	1,5	2,9	21,4	119	0
Всего				31,1	22,3	144,1	899	0