

И.О. Заведующего  
ГБДОУ детский сад №36  
/П.Г.Бахмудова/

## МЕНЮ

2 апреля 2026 г.

### Сад 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>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	6,05	5,05	32,28	199,49	1,64
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,07	11,11	88,26	0,00
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>14,00</b>	<b>12,05</b>	<b>63,47</b>	<b>423,55</b>	<b>5,71</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>2,93</b>	<b>5,00</b>	<b>13,49</b>	<b>90,89</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	3,05	6,10	3,41	81,30	0,00
2024	TK № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67	0,00
2024	TK № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергии)	180/10/10	4,16	7,66	6,78	112,67	4,75
2024	TK № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	7,73	2,74	5,34	77,06	0,50
		РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	55	9,82	0,38	0,58	44,80	0,25
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	2,63	18,59	109,27	8,90
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	135	2,64	2,07	4,05	114,68	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,01	0,00	16,02	64,08	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>20,21</b>	<b>17,82</b>	<b>73,42</b>	<b>582,17</b>	<b>9,40</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,98	4,50	0,27	61,53	0,00
2024	TK № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	6,30	9,19	20,45	200,09	0,00
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,71	4,25	22,65	135,58	0,00
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	0,00	0,00	17,98	71,76	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	3,67	3,30	30,30	166,57	2,18
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>16,27</b>	<b>17,17</b>	<b>77,48</b>	<b>540,74</b>	<b>2,18</b>
<b>Всего</b>				<b>53,41</b>	<b>52,04</b>	<b>227,86</b>	<b>1 637,35</b>	<b>17,29</b>

