

МЕНЮ

18 июня 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	TK № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	TK № 60	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергики)	150	2,91	4,39	23,73	145,81	0,00
2024	TK № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			480	8,00	9,51	48,39	310,64	2,83
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	94	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			199	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
Обед								
2024	TK № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	6,95	6,68	11,13	136,48	6,08
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	199	12,41	11,14	30,10	285,26	15,64
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			687	24,05	19,00	85,16	626,47	26,72
Полдник								
2024	TK № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	11,40	5,23	8,42	126,23	0,60
2024	TK № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (аллергики)	88	7,66	6,14	12,40	95,69	0,88
2024	TK № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,70	8,61	16,77	156,11	12,63
2024	TK № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) (аллергики)	130	2,44	8,39	16,25	150,90	12,53
2024	TK № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,26	61,12	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,08	6,04	20,87	154,69	6,04
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			475	21,26	20,24	75,16	569,54	19,51
Всего				56,07	53,70	221,65	1 596,50	50,15

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 36/73

/Чепурина Т.А./

МЕНЮ

18 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		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	21	1,12	0,48	11,93	45,65	2,12
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2012	368	БАНАН	88	1,43	0,48	15,95	80,20	9,50
Итого			401	6,21	6,84	61,04	296,76	12,11
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	215	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
Итого			215	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	27/20	4,83	4,33	1,71	65,26	1,01
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	6,38	6,29	13,78	137,42	7,47
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	49	5,52	9,05	9,09	112,86	0,06
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ/ ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	129	1,43	2,53	7,99	60,96	7,22
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	149	0,09	0,08	12,61	52,03	0,82
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			580	20,24	22,99	61,83	511,52	16,58
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	52	10,14	5,00	15,68	148,27	0,32
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	111	2,07	3,64	10,80	102,15	6,54
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,34	1,88	25,68	137,02	0,09
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			375	17,74	10,65	60,42	428,12	46,95
Всего				47,89	44,73	189,89	1 309,90	76,83