

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 36/73
Чепурина Т.А./**МЕНЮ**
23 июня 2026 г.**Ясли 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	21	1,10	0,47	11,70	44,79	2,08
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			401	4,57	8,01	43,82	251,20	2,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	152	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			152	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	8,43	2,60	17,47	127,19	7,36
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	51	5,92	6,43	22,87	143,10	0,44
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,66	5,41	13,64	114,55	9,03
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	10,09	41,95	0,85
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			581	19,71	15,23	83,38	522,67	21,67
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,80	3,63	23,52	0,59
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	24,15	16,36	22,89	343,23	0,25
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	182	2,61	4,64	8,89	99,99	0,99
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			357	28,16	22,24	43,12	506,04	1,83
Всего				52,44	45,48	170,32	1 279,91	26,37

Утверждаю

Заверяю
ГБДОУ детский сад № 36/73
Чепурина Т.А./

МЕНЮ

23 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	31	1,34	3,00	16,67	97,78	1,83
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,71	4,25	22,65	135,58	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			481	10,58	12,02	53,45	363,44	40,92
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Итого			200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	53	3,34	4,47	5,54	75,81	2,93
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,03	1,92	7,38	51,24	4,26
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	72	7,32	9,53	18,77	184,37	0,54
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,78	2,12	11,38	76,73	9,90
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,73	2,14	4,19	118,73	11,20
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,01	59,32	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			691	17,96	19,04	78,41	553,76	17,79
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	199	36,08	20,94	30,30	463,13	0,39
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			451	39,47	23,52	49,08	575,09	1,36
Всего				70,81	59,58	194,08	1 582,36	60,67