

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 36/73

Челурина Т.А./

МЕНЮ

25 июня 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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	21	2,43	2,06	7,94	60,35	0,04
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,33
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	148	1,93	2,53	11,18	69,88	0,48
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			394	7,14	11,15	51,35	311,51	10,35
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	148	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
Итого			148	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/20/5	7,39	7,82	7,25	130,90	4,01
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	54	2,60	3,62	4,35	62,60	0,50
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,52	3,97	20,43	117,80	10,32
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	25,57	100,58	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			594	15,53	16,32	77,85	514,54	25,07
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	18	2,24	2,03	0,13	27,72	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	163	13,92	13,73	8,57	217,04	0,80
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,48	44,07	5,12
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,30	1,69	25,47	134,15	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			396	21,76	17,67	53,13	463,77	6,01
Всего				47,63	48,89	188,13	1 356,82	42,48

МЕНЮ
25 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	3,71	3,42	9,97	86,14	0,07
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,69	4,61	33,13	197,80	2,14
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (аллергики)	150	4,10	4,92	31,75	188,09	1,80
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	177	3,66	3,02	11,00	83,71	0,57
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			456	13,46	11,45	63,90	414,65	6,78
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	196	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Итого			196	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Обед								
2024	TK № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	49	2,84	5,50	3,46	75,16	1,69
2024	TK № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	4,21	6,70	6,63	107,63	3,50
2024	TK № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	75	6,62	5,30	10,71	82,67	0,76
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	2,52	17,00	101,81	9,01
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	132	2,20	4,45	17,75	119,93	8,96
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,07	0,05	26,91	106,38	0,18
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			714	20,70	21,20	92,85	613,44	15,14
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,98	4,50	0,27	61,53	0,00
2024	TK № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	203	12,10	16,36	10,00	239,64	0,94
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	174	0,00	0,00	17,37	69,34	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	3,50	3,09	30,14	163,63	2,17
Итого			497	21,90	24,13	66,26	574,93	3,11
Всего				58,99	61,78	236,50	1 693,91	26,43