

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

ОРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

3 сентября 2026 г.

Ясли 24 часа



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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2,34	0,89	26,36	121,20	6,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,27	8,38	24,77	200,24	0,63
	TKN№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,54	2,94	11,14	85,97	0,63
Итого			340	12,15	12,21	62,27	407,41	7,26
II Завтрак								
	TKN№00 6	БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,22	0,41	17,01	77,76	8,10
Итого			80	1,22	0,41	17,01	77,76	8,10
Обед								
	TKN№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,34	7,01	10,66	131,94	7,31
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	60	16,57	0,64	0,76	74,64	0,73
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,70	4,98	17,46	125,76	8,37
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/3	0,03	0,00	5,10	21,22	0,61
	TKN№003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,24	12,80	62,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			583	28,06	13,41	55,16	460,06	19,02
Полдник								
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	4,13	5,86	17,86	140,78	5,04
2008	442	СОК	160	0,80	0,00	20,32	88,00	6,40
Итого			210	4,93	5,86	38,18	228,78	11,44
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	13,02	12,79	14,43	225,93	22,34
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,17	0,14	9,34	39,87	0,90
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	11,00	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			325	24,19	13,43	31,47	305,10	23,24
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Всего				74,90	49,07	210,09	1 558,61	70,11

Ответственная по питанию

Толмачева А.А



МЕНЮ

3 сентября 2026 г.

Сад 24 часа

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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2,57	0,97	31,10	141,36	7,85
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,43	9,05	29,64	230,50	0,68
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,91	3,17	13,61	99,54	0,68
Итого			430	13,91	13,19	74,35	471,40	9,21
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	90	1,36	0,45	19,00	86,84	9,05
Итого			90	1,36	0,45	19,00	86,84	9,05
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,36	0,05	0,77	5,90	2,27
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,02	9,65	10,80	161,92	7,15
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	25,51	0,96	0,70	112,99	0,95
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,39	5,24	21,97	148,94	10,54
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,05	0,01	6,72	28,20	0,93
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,06	0,27	13,21	63,54	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,48	7,68	39,30	0,00
Итого			711	38,47	16,66	61,85	560,79	21,84
Полдник								
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	80	5,31	5,43	29,62	188,81	5,76
2008	442	СОК	180	0,91	0,00	23,06	99,85	7,26
Итого			260	6,22	5,43	52,68	288,66	13,02
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16,82	13,83	14,41	250,39	22,34
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,17	0,14	10,42	44,17	0,90
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,54	0,60	10,57	53,86	0,00
Итого			401	18,53	14,57	35,40	348,42	23,24
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Всего				82,84	54,05	249,28	1 835,61	77,41

Ответственная по питанию

Толмачева А.А