



И.о. Заведующего
ГБДОУ №3
/Мельничук О.С./

МЕНЮ

4 августа 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,76	5,19	18,76	132,84	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,91	1,49	1,90	24,55	2,93
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,51	16,89	2,58	212,63	0,22
	ТК№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,69	3,06	10,34	84,84	0,59
Итого			340	19,87	26,63	33,58	454,86	3,74
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Итого			90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,36	2,25	3,60	36,89	2,63
2012	73	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,06	6,65	10,98	126,94	4,55
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	15,07	16,30	9,40	244,40	0,68
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	130	2,18	4,16	14,05	102,05	5,92
	ТК№03 3	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,43	0,10	17,15	71,91	0,00
	ТК№00 7	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,23	10,90	52,45	0,00
Итого			570	24,80	29,69	66,08	634,64	13,78
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,92	5,24	26,00	175,10	0,07
		СОК	140	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			190	5,92	5,24	26,00	175,10	0,07
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,69	10,07	3,76	144,29	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,09	2,31	7,94	68,36	8,30
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	ТК№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			370	13,98	13,00	30,84	303,50	8,32
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				69,28	78,58	171,77	1 689,90	31,46



Утверждаю

И.о. Заведующего
ГБДОУ №3
/Мельничук О.С./

МЕНЮ

4 августа 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,31	5,40	22,50	151,88	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,44	3,26	3,01	46,92	1,90
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,72	21,30	3,24	267,72	0,27
	TKN№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	3,34	11,49	93,24	0,64
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			410	24,48	33,30	40,24	559,76	2,81
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	105	0,44	0,33	11,29	51,50	5,48
Итого			105	0,44	0,33	11,29	51,50	5,48
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,48	2,67	4,50	44,84	1,65
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,73	7,93	13,08	151,71	5,41
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	17,42	22,54	11,92	320,32	0,79
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергии)	49	11,24	11,37	0,00	147,05	0,46
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	180	2,93	4,20	18,33	122,63	7,98
	TKN№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,10	18,45	77,23	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,50	0,33	16,03	77,15	0,00
Итого			730	29,51	37,77	82,31	793,88	15,83
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	6,28	5,53	26,46	181,12	0,12
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	110	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
2008	442	СОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			250	6,28	5,53	26,46	181,12	0,12
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,68	10,24	3,65	145,37	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,68	2,68	10,33	85,01	9,14
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,23	11,18	53,77	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,64	0,63	11,21	57,16	0,00
Итого			436	15,85	13,78	41,41	361,86	9,16
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				80,91	94,46	207,71	2 027,62	34,45

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.