

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

/ФРОЛОВА И.А./



МЕНЮ

9 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	2,96	1,13	30,64	143,03	6,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,65	7,69	25,11	193,00	0,71
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,68	3,04	11,53	88,97	0,65
Итого			340	12,29	11,86	67,28	425,00	7,36
II Завтрак								
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	70	0,59	0,15	5,55	28,12	28,12
Итого			70	0,59	0,15	5,55	28,12	28,12
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,29	0,04	0,91	5,08	3,63
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	5,35	7,91	7,86	129,13	10,27
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	18,16	17,80	3,71	247,64	0,99
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,68	5,76	30,20	198,96	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,07	0,00	4,98	20,16	0,01
	ТК№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			601	33,32	32,21	66,03	691,94	14,90
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,67	9,58	26,98	216,67	0,00
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,14	0,11	32,56	127,25	0,42
Итого			200	5,81	9,69	59,54	343,92	0,42
Ужин								
2008	14	СЫР	10	4,22	5,36	0,00	66,18	0,13
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,79	13,44	14,43	234,86	22,34
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,11	0,01	5,19	23,31	1,92
	ТК№01 6	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК№02 1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,48	7,68	39,30	0,00
Итого			360	20,22	19,41	33,66	394,25	24,39
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Итого			150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Всего				76,58	77,07	238,36	1 964,23	75,64

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

9 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	3,19	1,21	34,19	158,54	7,20
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	7,40	8,60	34,44	245,82	0,87
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,07	3,32	13,38	100,60	0,71
Итого			430	14,66	13,13	82,01	504,96	8,78
II Завтрак								
	TK№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,70	0,17	6,55	33,16	33,16
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	110	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Итого			85	0,70	0,17	6,55	33,16	33,16
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,35	0,04	1,11	6,19	4,42
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	5,40	8,54	7,81	136,95	9,98
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	23,65	22,86	5,32	321,47	0,97
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	8,58	6,25	38,79	245,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,24	12,80	62,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			754	41,18	38,43	79,54	835,63	15,39
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,93	8,51	30,65	218,62	0,00
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,18	0,14	44,37	173,32	0,58
Итого			230	5,11	8,65	75,02	391,94	0,58
Ужин								
2008	14	СЫР	15	3,52	4,47	0,00	55,15	0,11
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	17,70	15,05	17,00	275,56	26,34
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	6,31	28,04	2,13
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,18	0,16	7,54	36,26	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,54	0,60	10,57	53,86	0,00
Итого			434	24,06	20,29	41,42	448,87	28,58
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
Итого			190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
Всего				91,22	85,42	292,52	2 317,16	87,06

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.