



МЕНЮ

13 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	30	2,32	5,02	15,75	117,46	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	4,60	6,82	21,45	165,67	0,57
	ТК№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,59	2,98	11,36	87,75	0,57
Итого			330	10,51	14,82	48,56	370,88	1,14
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	75	1,13	0,38	15,75	72,00	7,50
Итого			75	1,13	0,38	15,75	72,00	7,50
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,68	5,13	5,10	69,35	4,22
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,00	6,49	10,32	122,31	6,80
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	10,85	5,56	6,11	117,80	0,33
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,77	1,58	5,83	49,61	6,61
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/8	0,13	0,01	6,39	27,39	1,24
	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			593	21,20	19,47	52,12	477,43	19,20
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	25,43	17,68	25,75	370,83	0,27
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,74	1,85	5,30	40,88	0,10
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,50	3,88	6,51	83,70	0,47
Итого			310	30,67	23,41	37,56	495,41	0,84
Ужин								
	ТК№005	ЙОГУРТ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	16,88	15,03	17,29	271,97	8,61
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,50	0,11	20,42	85,52	0,00
	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			440	22,28	18,26	56,31	484,29	8,91
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				90,14	80,09	216,30	1 979,51	38,64

Заведующий
ГБДОУ №3
/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

13 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	2,19	4,96	14,82	112,73	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,69	7,13	26,16	191,48	0,62
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	3,03	0,44	36,82	163,25	0,00
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,20	11,49	91,21	0,62
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			410	11,72	15,29	52,47	395,42	1,24
II Завтрак								
	TK№020	БАНАН СВЕЖИЙ	83	1,25	0,42	17,44	79,72	8,30
Итого			83	1,25	0,42	17,44	79,72	8,30
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,89	6,05	6,57	84,40	4,18
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,90	7,86	10,68	140,77	7,45
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	12,91	6,24	6,66	134,29	0,43
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	10,46	0,39	0,00	45,09	0,27
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,37	2,28	8,58	72,03	7,62
2012	392	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,15	0,01	6,10	26,46	1,34
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,95	0,26	12,49	60,09	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,15	0,45	7,75	39,60	0,00
Итого			721	25,32	23,15	58,83	557,64	21,02
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	33,88	23,65	28,50	472,31	0,37
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергии)	170	4,15	0,74	31,15	148,94	15,23
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,07	2,72	7,87	60,37	0,15
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,49	4,74	7,96	102,30	0,57
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			400	40,44	31,11	44,33	634,98	1,09
Ужин								
	TK№005	ЙОГУРТ	100	2,93	2,61	4,71	59,08	0,73
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	20,14	17,74	20,59	322,68	10,26
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,57	0,13	21,97	92,25	0,00
	TK№00 3	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			516	27,03	21,34	69,66	584,94	10,99
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				110,11	95,06	248,73	2 332,20	43,69