

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

14 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,57	4,54	19,70	142,73	0,08
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,92	7,91	25,55	197,94	0,76
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,55	2,99	10,74	84,88	0,66
Итого			340	15,04	15,44	55,99	425,55	1,50
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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,75	2,49	0,16	34,02	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	2,82	3,20	40,25	1,50
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,47	5,39	10,64	113,17	5,25
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	14,03	13,58	26,15	283,04	11,56
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,95	0,06	14,18	61,86	0,30
	ТК№01 6	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,25	12,01	57,79	0,00
	ТК№02 1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,48	7,68	30,30	0,00
Итого			565	26,70	25,07	74,02	620,43	18,61
Полдник								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	7,43	6,39	23,05	180,02	0,04
2008	442	СОК	180	0,97	0,00	24,69	106,94	7,78
Итого			230	8,40	6,39	47,74	286,96	7,82
Ужин								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,50	0,09	1,74	10,99	11,45
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	170	14,13	11,58	64,09	417,60	0,26
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6	0,15	0,01	5,21	22,53	0,98
	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			401	16,88	12,30	85,14	521,42	12,69
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
Итого				71,73	63,22	278,46	1 977,66	45,57

Ответственная по питанию

Толмачева А.А



МЕНЮ

14 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	7,32	6,00	25,60	186,72	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	7,40	8,63	34,39	245,77	0,88
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	5,52	1,30	38,64	188,36	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,89	3,27	12,13	94,38	0,72
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			430	18,61	17,90	72,12	526,87	1,71
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	110	0,45	0,33	11,49	52,45	5,58
Итого			110	0,45	0,33	11,49	52,45	5,58
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,68	2,43	0,15	33,11	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,68	3,93	3,97	53,82	1,86
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,76	5,90	11,51	122,22	5,71
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	19,59	21,01	28,19	380,07	12,01
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,26	0,08	18,18	79,48	0,40
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,11	0,28	13,48	64,86	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			715	33,18	34,13	83,18	772,86	19,98
Полдник								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,29	7,20	28,05	210,86	0,04
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	110	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
2008	442	СОК	200	1,09	0,00	27,78	120,31	8,75
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			270	9,38	7,20	55,83	331,17	8,79
Ужин								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,56	0,10	1,93	12,20	12,71
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	200	14,99	12,55	65,03	433,60	0,36
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,15	0,01	6,09	26,05	0,98
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,23	11,18	53,77	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,64	0,63	11,21	57,16	0,00
Итого			483	19,09	13,52	95,44	582,78	14,05
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,55	3,92	6,59	84,68	0,47
Итого			150	4,55	3,92	6,59	84,68	0,47
Всего				85,26	77,00	324,65	2 350,81	50,58