



МЕНЮ

17 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,94	0,72	27,06	120,43	8,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,54	7,37	23,85	184,59	0,61
	TKN№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,45	2,84	11,04	84,26	0,61
Итого			330	10,93	10,93	61,95	389,28	9,22
II Завтрак								
2008	442	СОК	164	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			164	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	TKN№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,41	0,05	1,27	7,13	5,09
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	5,72	5,00	22,20	156,93	3,44
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	50	8,71	2,84	3,62	74,66	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,02	4,99	12,28	106,64	8,54
	TKN№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,13	0,13	7,94	34,25	1,31
	TKN№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,24	12,80	62,00	0,00
Итого			561	19,99	13,25	60,11	441,61	18,57
Полдник								
	TKN№00 5	ЙОГУРТ	114	3,20	2,86	5,15	64,58	0,80
	TKN№00 8	ПЕЧЕНЬЕ	25	2,14	2,80	21,26	119,14	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	4,96	20,04	0,01
Итого			289	5,40	5,66	31,37	203,76	0,81
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,50	0,09	1,74	10,99	11,45
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	11,26	12,47	9,04	193,23	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,90	5,09	16,60	124,48	7,31
	TKN№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,17	0,14	9,34	39,87	0,90
	TKN№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№02 1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,48	7,68	30,30	0,00
того			405	16,91	18,39	50,80	429,87	19,66
Ужин 2								
2008	435	БИОКЕФИР	150	4,50	2,50	6,00	46,50	1,05
того			150	4,50	2,50	6,00	46,50	1,05
сего				57,73	50,73	210,23	1 511,02	49,31

Заведующий
ГБДОУ №3
ФРОЛОВА И.А./

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	4,09	1,55	42,08	196,62	8,17
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,70	7,82	29,76	217,14	0,66
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	4,97	1,17	35,26	171,46	0,00
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,77	3,08	12,63	94,31	0,66
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			430	14,56	12,45	84,47	508,07	9,49
II Завтрак								
2008	442	СОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	110	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	57	0,46	0,06	1,43	8,03	5,73
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6,98	5,80	24,85	179,57	3,44
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	60	10,49	3,80	4,51	94,03	0,23
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	8,96	0,34	0,00	38,64	0,23
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,38	3,58	14,34	104,02	10,22
	TKN№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,14	0,14	9,00	38,61	1,41
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,38	0,28	14,84	71,40	0,00
Итого			672	23,83	13,66	68,97	495,66	21,03
Полдник								
	TKN№005	ЙОГУРТ	100	3,73	3,33	6,01	75,35	0,93
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,61	3,41	25,88	145,05	0,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	130	0,53	0,53	12,94	62,04	13,20
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,81	23,52	0,02
Итого			315	6,42	6,74	37,70	243,92	0,95
Ужин								
	TKN№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,56	0,10	1,93	12,20	12,71
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	14,41	13,13	12,89	227,05	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,46	5,28	20,26	143,16	9,07
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,17	0,14	10,22	43,39	0,90
	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			497	21,99	19,51	67,69	536,73	22,68
Ужин 2								
2008	435	БИОКЕФИР	150	4,50	2,50	6,00	46,50	1,05
Итого			150	4,50	2,50	6,00	46,50	1,05
Всего				71,30	54,86	264,83	1 830,88	55,20

Ответственная по питанию

Толмачева А.А