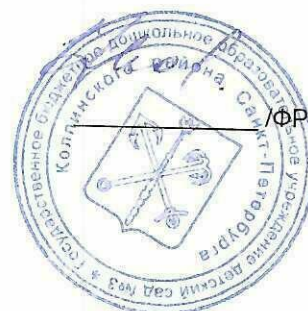


Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №3
ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

17 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	2,75	1,02	39,49	175,03	12,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,56	8,52	32,63	238,29	0,67
	TKN№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,77	3,11	13,65	98,55	0,67
Итого			340	14,08	12,65	85,77	511,87	13,34
II Завтрак								
	TKN№00 6	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,53	0,51	21,42	97,92	10,20
Итого			100	1,53	0,51	21,42	97,92	10,20
Обед								
	TKN№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,84	7,74	10,77	141,15	7,34
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	16,52	0,63	0,52	73,45	0,63
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,73	4,45	17,31	120,60	8,27
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6	0,14	0,01	7,26	30,66	0,98
	TKN№003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,80	0,24	11,51	55,36	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,16	0,53	8,09	41,27	0,00
Итого			604	28,59	13,65	56,31	468,99	19,72
Полдник								
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,73	7,16	18,43	153,20	5,76
2008	442	СОК	171	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			221	3,73	7,16	18,43	153,20	5,76
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	15,64	15,07	14,12	255,67	22,22
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,17	0,14	11,77	49,55	0,90
	TKN№016	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	11,00	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			360	27,83	15,83	39,95	375,12	23,12
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				80,11	53,55	227,88	1 686,60	73,19

Ответственная по питанию

Толмачева А.А

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

17 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	2,86	1,05	48,51	210,46	16,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,56	8,59	35,56	254,52	0,72
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,15	3,37	13,52	101,88	0,72
Итого			430	15,57	13,01	97,59	566,86	18,24
II Завтрак								
	TKN№020	БАНАН СВЕЖИЙ	115	1,73	0,58	24,24	110,82	11,54
Итого			115	1,73	0,58	24,24	110,82	11,54
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	65	0,53	0,07	1,12	8,58	3,30
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,45	9,53	10,89	163,40	7,26
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	80	27,01	1,02	0,72	119,56	0,99
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,38	4,14	21,66	137,90	10,36
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,17	0,01	6,25	27,08	1,29
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,28	0,30	14,58	70,16	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,44	7,81	39,82	0,00
Итого			742	40,96	15,51	63,03	566,50	23,20
Полдник								
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	80	5,35	5,78	29,33	190,77	5,76
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	120	0,49	0,49	12,07	57,90	12,32
2008	442	СОК	190	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			270	5,35	5,78	29,33	190,77	5,76
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	17,66	14,85	17,61	276,10	25,97
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,17	0,14	10,55	44,71	0,90
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,20	0,16	7,68	36,97	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,59	0,62	10,92	55,68	0,00
Итого			419	20,62	15,77	46,76	413,46	26,87
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				88,58	54,40	266,95	1 927,91	86,66

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.