



Заведующий
ГБДОУ №3
ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

18 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	1,86	4,84	12,60	101,44	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	2,28	1,88	31,54	2,89
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,51	17,07	2,64	214,47	0,22
	TKN№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,84	3,17	10,54	87,27	0,61
Итого			340	19,11	27,36	27,66	434,72	3,72
II Завтрак								
	TKN№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								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,38	2,33	3,69	38,10	2,66
2012	73	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,99	6,53	10,96	125,23	4,51
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	14,79	15,55	8,93	234,56	0,62
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,86	4,14	10,78	87,54	5,03
	TKN№03 3	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,42	0,09	16,90	70,84	0,00
	TKN№00 7	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,35	0,30	12,75	61,20	0,00
	TKN№01 2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			570	24,92	29,39	71,74	656,77	12,82
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,03	5,54	26,01	178,39	0,07
		СОК	160	0,81	0,00	20,53	88,92	2,67
Итого			210	6,84	5,54	46,54	267,31	2,74
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,16	8,76	3,76	126,44	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,98	2,30	7,61	66,37	6,27
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	TKN№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			360	12,34	11,68	30,51	283,66	6,29
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				67,92	77,99	191,72	1 764,26	31,12

Ответственная по питанию

Толмачева А.А

МЕНЮ
18 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	2,05	4,91	13,88	107,94	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,53	3,15	41,21	2,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	16,30	22,57	3,34	281,90	0,28
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	3,03	0,44	36,82	163,25	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,13	3,44	12,00	96,75	0,67
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			420	23,98	33,45	32,37	527,80	2,95
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	107	0,43	0,32	11,05	50,44	5,37
Итого			107	0,43	0,32	11,05	50,44	5,37
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,48	2,57	4,52	44,04	1,66
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,13	7,38	12,14	139,77	4,85
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	17,05	23,11	10,84	319,34	0,76
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	14,46	14,62	0,00	189,07	0,59
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	160	2,54	5,24	14,79	116,44	6,91
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,10	18,36	76,84	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,74	39,60	0,00
Итого			720	28,82	39,09	81,11	797,23	14,18
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	6,57	7,01	26,39	195,17	0,10
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	115	0,48	0,48	11,64	55,84	11,88
2008	442	СОК	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			250	7,47	7,01	49,25	294,17	7,30
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	9,57	10,13	3,87	144,88	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,69	2,69	9,28	80,96	9,22
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,92	24,07	0,02
	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			426	15,75	13,68	41,46	360,84	9,24
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				80,80	97,30	221,24	2 109,98	40,09