



Утверждаю

 Заведующий
 ГБДОУ №3
 ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

24 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	40	2,80	5,20	18,99	134,01	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,48	7,05	23,27	179,06	0,60
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,17	0,01	5,26	23,02	1,22
Итого			347	8,45	12,26	47,52	336,09	1,82
II Завтрак								
	TKN№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	0,48	0,48	11,64	55,84	11,88
Итого			115	0,48	0,48	11,64	55,84	11,88
Обед								
	TKN№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,34	0,04	0,72	5,53	2,13
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	5,26	5,68	10,60	114,58	4,17
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,74	6,14	2,73	108,96	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,93	4,93	18,85	132,08	8,75
		СОК	150	0,73	0,00	18,48	80,03	2,40
	TKN№00 7	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
	TKN№01 2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			585	23,28	17,53	72,89	546,77	17,79
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,31	6,09	26,89	187,79	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,58	3,12	7,59	77,17	0,86
Итого			205	10,89	9,21	34,48	264,96	0,94
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,84	17,43	29,92	339,61	1,13
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	TKN№00 7	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,15	6,38	30,60	0,00
	TKN№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			340	17,72	18,08	49,04	430,06	1,15
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				65,17	61,31	221,57	1 713,22	34,63

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №3
ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

24 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	50	3,77	5,57	25,64	167,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,65	7,40	29,04	210,05	0,65
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	5,52	1,30	38,64	188,36	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/9	0,18	0,01	6,24	27,33	1,50
Итого			439	10,60	12,98	60,92	405,28	2,15
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	135	0,54	0,54	13,27	63,63	13,54
Итого			135	0,54	0,54	13,27	63,63	13,54
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	54	0,43	0,05	0,92	7,05	2,71
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,64	5,99	12,66	127,04	4,07
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	12,85	9,80	3,80	154,70	0,44
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	10,46	0,39	0,00	45,09	0,27
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,52	5,26	21,21	147,04	9,60
		СОК	165	0,81	0,00	20,37	88,23	2,65
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,01	0,27	12,88	61,97	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			704	26,39	21,82	79,57	625,33	19,47
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,76	6,69	27,78	198,69	0,11
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	130	0,53	0,53	12,94	62,04	13,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	187	5,25	4,53	8,69	97,74	0,97
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			237	12,01	11,22	36,47	296,43	1,08
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	22,64	24,57	37,13	459,78	1,44
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	26,13	25,43	65,44	594,78	1,46
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				80,02	75,74	261,67	2 064,95	38,75