

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

25 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	5,95	5,45	16,38	139,35	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	7,92	8,95	36,58	259,55	0,94
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,97	3,34	12,65	97,41	0,74
Итого			425	17,84	17,74	65,61	496,31	1,79
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	140	0,56	0,42	14,48	66,10	7,03
Итого			140	0,56	0,42	14,48	66,10	7,03
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	3,10	2,80	0,17	38,32	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,03	3,10	6,01	55,97	2,82
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,62	5,84	12,11	127,69	5,97
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	21,59	22,25	28,28	399,64	12,24
	TKN№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,26	0,08	18,42	80,45	0,40
	TK №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,85	0,38	18,28	87,96	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			735	37,55	34,95	90,97	829,33	21,43
Полдник								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	7,42	5,88	29,12	199,34	0,03
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			270	7,42	5,88	29,12	199,34	0,03
Ужин								
	TKN№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,90	12,03	12,53
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	200	10,18	11,36	36,74	290,36	0,26
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10	0,21	0,01	6,60	29,35	1,94
	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			479	13,73	12,25	63,84	424,39	14,73
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	190	5,58	4,81	8,09	103,95	0,58
Итого			190	5,58	4,81	8,09	103,95	0,58
Всего				82,68	76,05	272,11	2 119,42	45,59

Ответственная по питанию

Толмачева А.А



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

25 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,99	4,36	15,42	121,62	0,08
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	6,75	8,33	29,60	221,22	0,83
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,65	3,08	10,92	86,83	0,68
Итого			340	15,39	15,77	55,94	429,67	1,59
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	135	0,54	0,41	13,91	63,45	6,75
Итого			135	0,54	0,41	13,91	63,45	6,75
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,45	2,25	0,15	31,46	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	2,05	4,03	37,21	1,89
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	6,65	5,75	11,05	122,73	5,47
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	16,48	15,65	26,79	313,97	11,90
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1,01	0,06	14,73	64,36	0,32
	ТК№01 6	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,38	0,32	15,26	73,43	0,00
	ТК№02 1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,48	7,68	30,30	0,00
Итого			585	30,74	26,56	79,69	673,46	19,58
Полдник								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,99	5,49	22,97	165,55	0,03
2008	442	СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			220	5,99	5,49	22,97	165,55	0,03
Ужин								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,52	0,09	1,79	11,28	11,76
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	170	17,25	11,47	88,00	524,70	0,26
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/10	0,11	0,01	5,33	23,87	1,93
	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			405	19,98	12,19	109,22	630,15	13,95
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	160	4,64	4,00	6,72	86,40	0,48
Итого			160	4,64	4,00	6,72	86,40	0,48
Всего				77,28	64,42	288,45	2 048,68	42,38

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.