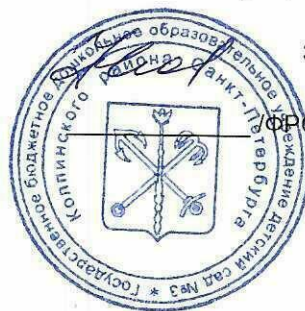


Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №3
Фролова И.А./

МЕНЮ

26 октября 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	40	2,02	0,75	29,25	129,40	9,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,81	8,63	32,54	240,05	0,82
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,71	3,84	14,49	112,45	0,82
Итого			420	14,54	13,22	76,28	481,90	10,64
II Завтрак								
2008	442	СОК	175	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			175	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,61	0,08	1,91	10,67	7,62
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	10,01	14,34	22,04	257,32	3,50
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	70	10,70	3,93	5,07	98,08	0,23
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,73	3,59	15,06	108,46	10,53
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,15	0,15	9,45	40,67	1,53
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,72	0,23	11,02	53,03	0,00
Итого			685	26,92	22,32	64,55	568,23	23,41
Полдник								
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,15	4,12	31,25	175,14	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
	ТК№005	ЙОГУРТ	100	4,20	3,75	6,77	84,77	1,05
Итого			320	7,43	7,87	43,99	284,09	1,07
Ужин								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,90	12,03	12,53
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	14,14	12,94	8,98	208,69	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	4,02	3,67	22,07	138,43	9,68
	047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,17	0,14	9,94	42,29	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,20	0,16	7,68	36,97	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,59	0,62	10,92	55,68	0,00
Итого			489	21,67	17,63	61,49	494,09	23,11
Ужин 2								
2008	435	БИОКЕФИР	181	6,16	4,53	9,97	110,56	1,27
Итого			181	6,16	4,53	9,97	110,56	1,27
Всего				76,72	65,57	256,28	1 938,87	59,50

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №3
ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

26 октября 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	2,20	0,83	28,86	129,58	8,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,39	7,66	25,81	198,75	0,77
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,27	3,58	12,83	101,66	0,77
Итого			340	12,86	12,07	67,50	429,99	9,54
II Завтрак								
2008	442	СОК	167	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			167	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,08	5,06
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	8,96	7,25	21,07	185,53	3,22
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	9,74	3,26	3,41	81,76	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,10	4,55	12,71	104,98	8,92
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,13	0,13	8,44	36,21	1,29
	ТК№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			560	23,66	15,40	55,42	456,89	18,70
Полдник								
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,04	4,00	34,60	116,40	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,07	0,00	5,51	22,31	0,01
	ТК№00 5	ЙОГУРТ	100	3,11	2,78	5,01	62,79	0,78
Итого			290	6,22	6,78	45,12	201,50	0,79
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,52	0,09	1,79	11,28	11,76
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	12,89	13,72	9,75	213,71	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	3,76	5,63	19,87	146,07	8,56
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,17	0,14	9,34	39,87	0,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№02 1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,48	7,68	30,30	0,00
Итого			405	19,42	20,18	54,83	472,23	21,22
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				66,66	56,93	228,87	1 607,11	51,30

Ответственная по питанию

Толмачева А.А