Утверждаю

и.о.Заведующего
ГБДОУ №3
/Мельничук О.С./

МЕНЮ

27 ноября 2026 г.

Ясли 24 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,43	5,88	16,50	128,72	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,22	8,43	29,73	225,14	1,08
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
Итого			**335**	**9,73**	**14,31**	**52,20**	**378,04**	**1,10**
II Завтрак								
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,77	0,19	7,22	36,56	36,56
Итого			**95**	**0,77**	**0,19**	**7,22**	**36,56**	**36,56**
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,58	2,04	3,41	34,28	1,60
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	6,79	8,07	9,84	143,91	3,55
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	11,37	14,11	3,37	186,01	0,54
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	7,29	5,65	46,55	266,47	0,00
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,36	0,08	16,02	66,83	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,20	0,46	8,22	41,92	0,00
Итого			**630**	**34,34**	**35,16**	**99,58**	**859,53**	**5,69**
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,22	4,94	31,07	189,43	0,00
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,21	0,05	9,63	41,02	5,79
Итого			**210**	**5,43**	**4,99**	**40,70**	**230,45**	**5,79**
Ужин								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,38	0,05	1,18	6,58	4,70
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	18,70	16,52	18,13	296,00	9,02
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,63	0,04	11,03	47,48	0,20
	ТК№016	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			**375**	**21,83**	**17,23**	**44,40**	**419,96**	**13,92**
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				**76,45**	**75,63**	**250,10**	**2 004,04**	**64,11**

Ответственная по питанию _____ Толмачева А.А

Утверждаю

и.о.Заведующего
ГБДОУ №3
/Мельничук О.С./

МЕНЮ

27 ноября 2026 г.

Сад 24 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3,31	5,40	22,48	151,81	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,36	9,73	36,63	268,89	1,16
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	5,98	24,26	0,02
Итого			**430**	**11,76**	**15,13**	**65,09**	**444,96**	**1,18**
II Завтрак								
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	105	0,86	0,21	8,05	40,77	40,77
Итого			**105**	**0,86**	**0,21**	**8,05**	**40,77**	**40,77**
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	43	8,92	8,08	0,49	110,34	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,72	2,96	4,21	46,26	1,97
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	7,40	10,80	13,57	188,33	4,72
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	90	14,25	16,01	4,91	220,62	0,69
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	6,97	4,83	44,50	249,39	0,00
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,10	18,58	77,73	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,01	0,27	12,86	61,87	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,45	7,74	39,30	0,00
Итого			**778**	**41,86**	**43,50**	**106,86**	**993,84**	**7,38**
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,16	5,74	39,79	235,10	0,00
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,26	0,06	12,32	52,29	7,08
Итого			**250**	**6,42**	**5,80**	**52,11**	**287,39**	**7,08**
Ужин								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,02	5,01
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	20,52	17,83	21,27	327,70	10,57
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,33	0,08	18,43	80,84	0,42
	ТК №016	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,20	0,16	7,68	36,97	0,00
	ТК №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,59	0,62	10,92	55,68	0,00
Итого			**439**	**25,04**	**18,74**	**59,55**	**508,21**	**16,00**
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	180	5,26	4,53	7,25	96,06	1,27
Итого			**180**	**5,26**	**4,53**	**7,25**	**96,06**	**1,27**
Всего				**91,20**	**87,91**	**298,91**	**2 371,23**	**73,68**

Ответственная по питанию _____ Толмачева А.А