

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №3
/ФРОЛОВА И.А./**МЕНЮ**
28 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	3,50	1,33	37,71	174,70	8,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,96	7,74	24,57	192,63	0,69
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,69	2,97	11,84	89,73	0,64
Итого			340	13,15	12,04	74,12	457,06	9,33
II Завтрак								
2008	442	СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,45	0,06	1,39	7,80	5,57
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	8,58	3,47	27,36	175,09	2,87
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	50	8,64	3,05	3,80	77,04	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,13	4,94	11,64	104,22	10,03
	ТК№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,14	0,14	8,08	34,90	1,36
	ТК№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			560	22,61	11,86	62,94	450,72	20,02
Полдник								
	ТК№00 5	ЙОГУРТ	100	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,28	3,00	25,95	87,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/15	0,20	0,09	21,75	84,71	0,38
Итого			295	5,98	6,22	53,34	242,65	1,26
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,52	0,09	1,79	11,28	11,75
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	13,35	12,19	9,80	201,96	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			417	19,88	18,65	54,88	460,48	21,21
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				66,12	51,27	251,28	1 657,41	52,87

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.

Заведующий
ГБДОУ №3
РОЛОВА И.А./

28 сентября 2026 г.

Сад 24 часа

Ответственная по питанию  Толмачева А.А.