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

МЕНЮ

30 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	4,11	5,31	28,06	176,61	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,81	6,78	43,30	270,30	0,73
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,12	0,01	9,99	41,63	1,09
Итого			**436**	**13,04**	**12,10**	**81,35**	**488,54**	**1,82**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	147	0,59	0,59	14,41	69,11	14,70
Итого			**147**	**0,59**	**0,59**	**14,41**	**69,11**	**14,70**
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	57	0,46	0,06	0,97	7,42	2,85
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	8,97	9,90	11,80	172,13	4,52
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	17,05	12,30	3,06	190,97	0,51
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	160	3,69	4,58	23,17	149,56	10,60
		СОК	190	0,95	0,00	24,24	104,98	3,15
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,44	7,79	39,72	0,00
Итого			**742**	**34,30**	**27,52**	**83,75**	**725,98**	**21,63**
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,26	8,26	24,58	202,09	0,17
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,82	5,01	9,63	108,37	1,08
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			**250**	**13,08**	**13,27**	**34,21**	**310,46**	**1,25**
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	19,87	25,25	38,74	461,74	1,43
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,05	0,00	10,39	41,72	0,01
	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			**435**	**22,71**	**26,03**	**67,73**	**596,11**	**1,44**
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				**88,98**	**84,04**	**288,70**	**2 286,26**	**42,11**

Ответственная по питанию _____ Толмачева А.А

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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	40	2,43	5,88	16,50	128,72	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,00	6,73	35,32	230,59	0,68
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6	0,09	0,01	9,93	41,17	0,97
Итого			**346**	**9,52**	**12,62**	**61,75**	**400,48**	**1,65**
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	137	0,55	0,55	13,45	64,52	13,73
Итого			**137**	**0,55**	**0,55**	**13,45**	**64,52**	**13,73**
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	45	0,37	0,05	0,78	5,98	2,30
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	8,57	12,17	7,70	174,61	4,10
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	17,51	10,81	2,48	176,90	0,46
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,81	4,09	17,93	120,42	8,24
		СОК	180	0,87	0,00	22,17	96,03	2,88
	ТК№007	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,20	0,46	8,22	41,92	0,00
Итого			**640**	**32,92**	**27,79**	**69,45**	**664,81**	**17,98**
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,22	11,36	23,29	224,72	0,12
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
Итого			**250**	**12,85**	**16,21**	**32,60**	**329,48**	**1,16**
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	19,23	20,69	31,75	389,85	1,28
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,00	9,79	39,30	0,01
	ТК№007	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,15	6,38	30,60	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			**340**	**21,06**	**21,34**	**55,62**	**499,05**	**1,29**
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				**81,25**	**82,26**	**238,87**	**2 037,84**	**36,86**

Ответственная по питанию _____ Толмачева А.А