



Заведующий
ГБДОУ №3
ТОРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

31 августа 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	3,12	1,18	35,14	161,60	8,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,53	13,10	48,83	352,55	0,85
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,85	3,96	17,78	127,24	0,85
Итого			340	17,50	18,24	101,75	641,39	9,70
II Завтрак								
2008	442	СОК	140	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			140	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,41	0,05	1,28	7,16	5,11
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	11,75	22,89	27,14	361,87	5,08
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	50	9,68	5,32	3,86	101,92	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	4,54	7,17	21,82	171,00	12,90
	ТК№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,14	0,14	14,64	61,19	1,41
	ТК№00 3	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,24	12,80	62,00	0,00
Итого			561	28,52	35,81	81,54	765,14	24,69
Полдник								
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,50	3,27	24,80	139,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/15	0,19	0,09	21,73	84,62	0,37
Итого			295	5,49	5,86	51,03	280,12	0,67
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,51	0,09	1,76	11,09	11,55
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	21,17	21,73	12,47	329,81	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	3,99	7,01	21,76	166,98	9,54
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,17	0,14	10,95	46,32	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			416	27,92	29,57	61,02	615,50	21,99
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				83,93	91,98	301,34	2 348,65	58,10



МЕНЮ

31 августа 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	50	3,61	1,36	42,59	194,36	10,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	11,89	13,34	61,86	416,18	0,91
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,93	3,96	18,37	129,94	0,85
Итого			440	20,43	18,66	122,82	740,48	12,16
II Завтрак								
2008	442	СОК	155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,46	0,06	1,45	8,13	5,81
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	15,64	23,16	35,80	414,76	5,34
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	12,20	7,13	5,17	133,38	0,23
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	5,48	7,92	24,28	191,41	13,61
	ТК№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,17	0,17	15,53	65,48	1,78
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
Итого			718	37,00	38,84	101,73	906,98	26,77
Полдник								
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	4,00	5,23	39,68	222,40	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ	100	3,36	3,00	5,41	67,81	0,84
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/20	0,27	0,15	35,67	138,78	0,61
Итого			350	7,63	8,38	80,76	428,99	1,45
Ужин								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,56	0,10	1,93	12,22	12,73
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	21,04	19,03	14,09	311,44	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	5,02	5,88	30,18	194,71	13,81
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,17	0,14	10,73	45,40	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,23	0,16	7,87	37,88	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,66	0,64	11,38	58,01	0,00
Итого			498	29,68	25,95	76,18	659,66	27,44
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				99,24	94,33	387,49	2 782,61	68,87