



Заведующий
ГБДОУ №3
/ФРОЛОВА И.А./

МЕНЮ

21 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,66	5,15	18,03	129,10	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,19	8,12	28,48	216,68	0,82
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6	0,12	0,01	5,15	22,14	0,97
Итого			346	9,97	13,28	51,66	367,92	1,79
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Итого			110	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	55	0,44	0,06	0,94	7,15	2,75
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	5,84	7,19	8,38	121,37	3,86
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,99	6,15	3,74	114,05	0,39
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,95	5,10	16,96	126,25	7,46
		СОК	160	0,81	0,00	20,53	88,92	2,67
	ТК№00 7	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
	ТК№01 2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			610	24,37	19,24	72,41	565,03	17,13
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,76	5,71	28,07	191,00	0,18
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,69	4,04	7,76	87,30	0,87
Итого			210	11,45	9,75	35,83	278,30	1,05
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	12,64	14,18	29,96	297,82	1,01
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	ТК№00 7	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,15	6,38	30,60	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			340	14,52	14,83	49,08	388,27	1,03
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				65,12	61,31	226,19	1 732,79	33,49

Ответственная по питанию

Толмачева А.А.

Заведующий
ГБДОУ №3
/ФРОЛОВА И.А./

21 сентября 2026 г.

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,97	5,27	20,17	140,02	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,11	8,49	32,32	239,02	0,88
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8	0,16	0,01	6,47	27,99	1,38
Итого			428	11,24	13,77	58,96	407,03	2,26
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	128	0,51	0,51	12,54	60,14	12,80
Итого			128	0,51	0,51	12,54	60,14	12,80
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	65	0,56	0,07	1,18	9,05	3,48
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,40	6,05	8,11	108,54	3,72
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,78	9,85	3,97	159,49	0,47
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,43	5,26	20,12	142,45	8,98
		СОК	200	1,01	0,00	25,67	111,14	3,33
	ТК №003	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,34	0,31	15,01	72,24	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			765	27,65	21,99	81,79	642,21	19,98
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,63	6,60	29,52	208,66	0,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,11	5,27	10,12	113,87	1,13
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			250	13,74	11,87	39,64	322,53	1,34
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	15,75	17,56	37,41	370,53	1,26
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,64	22,97	0,02
	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			409	18,64	18,34	61,65	486,15	1,28
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				77,04	71,01	261,83	2 014,12	38,93

Ответственная по питанию

Толмачева А.А