

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ГБДОУ д\с №26

/СТЕПАНОВА Е.А./

МЕНЮ

3 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,23	4,05	10,27	95,16	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,05	5,40	26,37	170,88	0,43
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,98	2,45	14,53	93,10	0,46
Итого			350	11,26	11,90	51,17	359,14	0,97
II Завтрак								
2008		РЯЖЕНКА	150	4,07	3,51	5,90	75,80	1,12
Итого			150	4,07	3,51	5,90	75,80	1,12
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,24	3,95	2,21	45,82	0,81
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,34	4,57	5,21	81,27	8,21
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	12,90	7,50	0,40	136,70	10,20
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,60	3,63	22,94	138,85	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,01	82,17	5,98
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
Итого			555	23,17	19,85	58,28	525,81	25,20
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	12,35	7,63	4,57	136,15	0,24
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,24	3,41	15,03	99,94	7,29
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,62	0,25	17,53	86,56	82,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,53	0,62	14,49	66,38	0,00
2008		БАНАН	70	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			415	17,78	12,41	72,77	487,14	96,80
Всего				56,28	47,67	188,12	1 447,89	124,09

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ГБДОУ д\с №26

/СТЕПАНОВА Е.А./

МЕНЮ

3 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,34	6,68	10,80	129,87	0,14
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,86	6,47	31,01	202,40	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,22	2,64	17,78	108,81	0,49
Итого			400	14,42	15,79	59,59	441,08	1,15
II Завтрак								
2008		РЯЖЕНКА	180	5,28	4,56	7,65	98,39	1,46
Итого			180	5,28	4,56	7,65	98,39	1,46
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,42	8,62	3,57	94,28	1,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,45	5,37	7,51	100,62	11,32
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/30	16,31	7,48	2,54	165,76	12,38
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	5,67	4,49	36,21	208,06	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,93	0,19	18,87	85,95	3,74
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,10	0,28	13,46	64,77	0,00
Итого			725	29,88	26,43	82,16	719,44	28,72
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	11,17	4,68	6,38	112,39	0,37
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,63	3,95	17,71	117,15	8,59
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,81	0,33	27,20	130,14	106,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	0,19	8,97	43,18	0,00
2008		БАТОН	15	1,24	0,48	8,47	43,15	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,85	1,00	23,52	107,72	0,00
2008		БАНАН	70	1,11	0,37	15,57	71,16	7,41
Итого			505	19,21	11,00	107,82	624,89	123,29
Всего				68,79	57,78	257,22	1 883,80	154,62

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ГБДОУ д\с №26

/СТЕПАНОВА Е.А./

МЕНЮ

3 июля 2025 г.

Сад 12 часов (алерг.)

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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	2,34	12,35	30,73	243,43	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	13,24	53,12	0,01
Итого			420	5,38	13,55	64,57	401,35	0,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200	3,94	11,94	6,34	148,81	9,40
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	5,57	12,68	35,70	279,29	0,00
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	16,59	23,52	2,28	286,68	0,12
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,06	0,36	19,08	91,80	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			680	30,12	48,74	81,20	884,58	10,96
Полдник								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	50	8,64	13,70	7,88	189,19	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,22	13,10	21,81	218,49	10,58
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,16	8,45	40,92	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	13,24	53,12	0,01
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008		БАНАН	70	1,10	0,40	14,75	67,42	7,02
Итого			505	16,95	29,77	88,74	691,84	17,61
Всего				52,75	92,36	242,31	2 015,37	36,58