

**МЕНЮ**

20 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 3,79 | 3,96 | 14,73 | 110,10 | 0,37 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 165 | 1,43 | 1,10 | 7,30 | 45,29 | 0,16 |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 20 | 0,97 | 1,74 | 9,74 | 58,50 | 0,03 |
| Итого | | | 315 | 6,19 | 6,80 | 31,77 | 213,89 | 0,56 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | МАНДАРИН | 81 | 0,64 | 0,16 | 6,04 | 30,59 | 30,59 |
| Итого | | | 81 | 0,64 | 0,16 | 6,04 | 30,59 | 30,59 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 25 | 0,36 | 1,93 | 2,04 | 24,92 | 0,57 |
| 2008 | 82 | СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,28 | 5,66 | 5,41 | 82,81 | 5,47 |
| 2012 | 287 | -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) | 50 | 7,47 | 7,72 | 4,23 | 117,15 | 0,66 |
| 2012 | 322 | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 65 | 0,88 | 2,74 | 5,80 | 55,91 | 2,13 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 27 | 1,77 | 0,23 | 11,30 | 54,39 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 22 | 1,63 | 0,63 | 11,14 | 56,77 | 0,00 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 180 | 0,69 | 0,28 | 15,20 | 62,30 | 12,00 |
| Итого | | | 569 | 15,08 | 19,19 | 55,12 | 454,25 | 20,83 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 270 | -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 50 | 10,70 | 5,01 | 6,86 | 115,10 | 0,31 |
| 2012 | 319 | -КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 50 | 0,88 | 1,30 | 6,63 | 44,11 | 6,10 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 44 | 2,92 | 0,39 | 18,72 | 90,08 | 0,00 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ- | 150 | 0,06 | 0,01 | 8,26 | 34,46 | 1,07 |
| Итого | | | 294 | 14,56 | 6,71 | 40,47 | 283,75 | 7,48 |
| Всего | | | | 36,47 | 32,86 | 133,40 | 982,48 | 59,46 |

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

МЕНЮ

21 апреля 2026 г.

Ясли 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,55 | 4,94 | 21,94 | 151,13 | 0,59 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 1,61 | 1,17 | 9,20 | 54,10 | 0,25 |
| 2012 | 1 | -БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 20 | 0,54 | 3,36 | 6,77 | 60,36 | 0,00 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 13 | 1,65 | 1,49 | 0,09 | 20,43 | 0,00 |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,35 | 44,83 | 9,54 |
| Итого | | | 438 | 8,73 | 11,34 | 47,35 | 330,85 | 10,38 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША | 110 | 3,08 | 2,75 | 4,96 | 62,16 | 0,77 |
| Итого | | | 110 | 3,08 | 2,75 | 4,96 | 62,16 | 0,77 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | -ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,51 | 3,90 | 1,50 |
| 2008 | 103 | -СУП ОВОЩНОЙ | 180/1 | 2,03 | 3,40 | 16,73 | 102,58 | 5,04 |
| 2023 | 1029 | -КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 60 | 6,22 | 7,10 | 8,50 | 104,44 | 8,00 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 120 | 3,76 | 4,52 | 16,36 | 121,66 | 24,66 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2012 | 399 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 180 | 0,87 | 0,17 | 17,63 | 75,08 | 1,44 |
| Итого | | | 616 | 16,32 | 16,13 | 81,06 | 513,95 | 40,64 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 30 | 0,48 | 1,15 | 2,32 | 25,03 | 4,36 |
| 2008 | 261 | -ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ | 60 | 6,52 | 4,59 | 5,08 | 83,72 | 0,63 |
| 2012 | 205 | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110/3 | 1,40 | 3,30 | 16,75 | 110,63 | 0,00 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2012 | 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,09 | 1,70 | 9,14 | 60,65 | 0,38 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ | 50 | 2,99 | 1,89 | 20,40 | 110,79 | 0,72 |
| Итого | | | 453 | 14,80 | 12,81 | 62,17 | 431,61 | 6,09 |
| Всего | | | | 42,93 | 43,03 | 195,54 | 1 338,57 | 57,88 |

Медицинская сестра



Семенова В.Н.

МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | -КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 5,20 | 4,82 | 21,23 | 149,68 | 0,55 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 1,61 | 1,17 | 9,20 | 54,10 | 0,25 |
| 2012 | 1 | -БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 20 | 0,54 | 3,36 | 6,77 | 60,36 | 0,00 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 20 | 2,48 | 2,24 | 0,14 | 30,65 | 0,00 |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,35 | 44,83 | 9,54 |
| Итого | | | 445 | 10,21 | 11,97 | 46,69 | 339,62 | 10,34 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША | 110 | 3,08 | 2,75 | 4,96 | 62,16 | 0,77 |
| Итого | | | 110 | 3,08 | 2,75 | 4,96 | 62,16 | 0,77 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 40 | 0,45 | 1,97 | 2,42 | 37,38 | 1,27 |
| 2008 | 76 | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 2,90 | 3,81 | 17,09 | 101,60 | 6,40 |
| 2012 | 301 | -ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 65 | 7,61 | 4,44 | 12,22 | 110,43 | 0,47 |
| 2012 | 322 | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 1,61 | 5,00 | 10,60 | 102,10 | 3,89 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 | 3,60 |
| Итого | | | 630 | 16,67 | 16,31 | 81,84 | 535,20 | 15,63 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 20 | -САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 30 | 0,83 | 2,28 | 2,93 | 18,32 | 1,08 |
| 2012 | 298 | -ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ | 160 | 13,88 | 14,39 | 15,63 | 250,44 | 15,31 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2012 | 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,09 | 1,70 | 9,14 | 60,65 | 0,38 |
| 2008 | 479 | -БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ | 45 | 2,23 | 2,32 | 23,48 | 105,98 | 0,06 |
| Итого | | | 440 | 20,69 | 20,91 | 61,78 | 486,38 | 16,83 |
| Всего | | | | 50,65 | 51,94 | 195,27 | 1 423,36 | 43,57 |

Медицинская сестра



Семенова В.Н.

МЕНЮ

23 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|--------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 5,46 | 7,14 | 20,63 | 169,26 | 0,55 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 1,83 | 1,44 | 8,76 | 55,94 | 0,23 |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 20 | 0,92 | 3,78 | 9,33 | 75,02 | 0,03 |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |
| Итого | | | 425 | 9,07 | 12,55 | 46,42 | 341,07 | 9,55 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН | 110 | 2,99 | 2,67 | 4,81 | 60,30 | 0,31 |
| Итого | | | 110 | 2,99 | 2,67 | 4,81 | 60,30 | 0,31 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 40 | 0,24 | 0,03 | 0,51 | 3,90 | 1,50 |
| 2023 | 1007 | -СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ | 180 | 2,55 | 1,98 | 13,89 | 102,00 | 4,44 |
| 2012 | 282 | -БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 8,05 | 7,20 | 12,03 | 142,10 | 0,15 |
| 2012 | 344 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) | 110 | 1,94 | 5,91 | 17,57 | 102,92 | 0,60 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- | 180 | 0,29 | 0,12 | 11,79 | 51,47 | 23,93 |
| Итого | | | 615 | 16,23 | 16,04 | 76,67 | 505,78 | 30,62 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 140/25 | 4,56 | 5,55 | 19,10 | 149,56 | 3,19 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,02 | 4,49 | 8,44 | 93,31 | 0,96 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 50 | 2,28 | 3,52 | 22,85 | 111,23 | 0,72 |
| Итого | | | 425 | 14,11 | 14,43 | 65,81 | 432,70 | 4,87 |
| Всего | | | | 42,40 | 45,69 | 193,71 | 1 339,85 | 45,35 |

Медицинская сестра



Семенова В.Н.

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

И.В.Гаврилишина/

МЕНЮ

24 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 5,00 | 5,43 | 17,75 | 120,96 | 0,87 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,12 | 0,00 | 5,88 | 23,98 | 0,02 |
| 2012 | 3 | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 2,67 | 3,42 | 8,48 | 81,45 | 0,09 |
| Итого | | | 380 | 9,29 | 9,43 | 42,39 | 278,79 | 0,98 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША | 110 | 3,08 | 2,75 | 4,96 | 62,16 | 0,77 |
| Итого | | | 110 | 3,08 | 2,75 | 4,96 | 62,16 | 0,77 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,63 | 1,96 | 3,01 | 32,46 | 5,65 |
| 2012 | 81 | -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ | 180/5 | 3,83 | 3,43 | 20,30 | 120,72 | 2,88 |
| 2012 | 277 | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 60 | 7,09 | 6,79 | 7,22 | 133,67 | 0,64 |
| 2012 | 414 | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110/3 | 1,71 | 3,15 | 18,45 | 90,04 | 0,00 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| 2008 | 402 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 5,65 | 22,57 | 0,00 |
| Итого | | | 618 | 16,08 | 16,09 | 73,39 | 492,65 | 9,17 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | -ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,51 | 3,90 | 1,50 |
| 2012 | 249 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ | 60 | 7,36 | 5,19 | 6,83 | 97,71 | 0,11 |
| 2012 | 341 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ | 120 | 1,15 | 4,49 | 15,17 | 103,05 | 3,83 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2008 | 414 | -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 150 | 2,10 | 2,90 | 9,24 | 76,10 | 0,75 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 25 | 0,70 | 0,83 | 19,33 | 88,50 | 0,00 |
| Итого | | | 410 | 13,21 | 13,66 | 61,68 | 420,25 | 6,19 |
| Всего | | | | 41,66 | 41,93 | 182,42 | 1 253,85 | 17,11 |

Медицинская сестра

Семенова В.Н.