

МЕНЮ

16 марта 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		
I Завтрак								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	5,95	4,83	16,28	131,08	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,59	1,15	5,94	40,77	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,92	3,78	9,33	75,02	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,53	38,13	38,13
Итого			445	9,26	9,96	39,08	285,00	38,41
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	115	3,12	2,79	5,03	63,04	0,32
Итого			115	3,12	2,79	5,03	63,04	0,32
Обед								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,50	3,82	1,47
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	2,02	2,95	8,69	95,90	5,04
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,72	8,91	15,92	123,36	10,45
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	1,40	3,30	18,75	112,80	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	200	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
Итого			633	15,20	15,95	73,91	474,22	16,96
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,93	1,68	1,96	26,63	1,60
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,41	5,31	19,21	142,87	28,97
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,98	1,68	5,72	46,31	0,37
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	4,95	4,31	18,44	119,02	0,66
Итого			425	14,52	13,85	60,75	413,43	31,60
Всего				42,10	42,55	178,77	1 235,69	87,29

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В.Гаврилишина/

МЕНЮ

17 марта 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	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,55	5,59	19,07	145,43	0,56
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,88	23,98	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	4,16	7,27	10,31	123,99	0,08
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,35	44,83	9,54
Итого			440	9,21	13,24	44,61	338,23	10,20
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	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	3,06	3,23	39,55	0,91
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,11	4,62	9,90	110,51	4,19
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160/15	7,84	7,36	25,70	200,78	5,93
	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	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	14,20	46,00	12,00
Итого			620	16,41	16,23	74,36	503,13	23,03
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	5,13	2,95	5,54	90,53	1,21
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	110	1,61	4,30	10,64	88,03	9,36
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,19	3,73	7,03	77,76	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,08	3,60	23,90	118,61	0,00
Итого			385	13,33	14,76	55,59	415,72	11,37
Всего				42,03	46,98	179,52	1 319,24	45,37

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

Утверждаю

заведующий

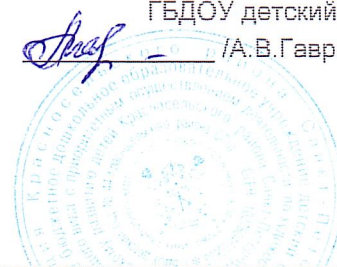
ГБДОУ детский сад №44

/А.В.Гаврилишина/

МЕНЮ

18 марта 2026 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								
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.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,73	41,01	57,23
Итого			438	9,21	11,15	45,73	327,03	58,07
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО- ГРУША	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Итого			110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	37	0,75	2,06	2,64	16,57	0,98
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180/1	3,95	4,36	10,27	110,70	0,90
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	8,24	8,26	2,08	115,32	0,40
2012	129	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ-	120	1,20	4,48	14,20	102,30	3,83
	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
2012	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,87	0,00	19,08	78,66	2,85
Итого			618	17,83	19,92	67,03	516,74	8,96
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,45	1,97	2,42	37,38	1,27
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,66	5,76	3,45	84,24	0,03
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,29	3,44	12,97	86,70	2,88
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	376	-КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,41	0,09	17,35	72,54	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	25	1,10	2,38	16,98	101,12	0,00
Итого			405	13,23	13,82	61,65	422,77	4,18
Всего				42,41	47,25	184,55	1 336,53	73,11

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

МЕНЮ

19 марта 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								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/15	7,35	5,04	12,78	111,10	3,19
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,36	34,71	0,81
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	0,53	3,98	9,79	76,13	0,04
2008	пром.	-ГРУША	77	0,31	0,23	7,96	36,31	3,86
Итого			407	8,31	9,26	38,89	258,25	7,90
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	110	2,05	2,33	10,16	69,93	0,90
Итого			110	2,05	2,33	10,16	69,93	0,90
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	1,40	3,82	5,53	23,77	5,60
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,43	3,15	12,76	115,30	4,20
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	7,49	3,43	10,56	100,92	1,19
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	1,73	4,76	15,79	115,88	3,81
	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
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,10	0,07	12,11	49,76	0,48
Итого			615	15,97	15,99	75,51	498,82	15,28
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	130/15	5,31	7,34	21,08	166,78	0,17
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,07	1,68	9,10	60,21	0,38
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,49	4,78	20,45	131,98	0,73
Итого			405	15,12	14,67	66,05	437,57	1,28
Всего				41,45	42,25	190,61	1 284,57	25,38

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

МЕНЮ

20 марта 2026 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								
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	130	5,18	5,56	22,11	159,75	0,50
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	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			355	9,10	9,42	44,18	304,48	0,61
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Итого			110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,88	1,68	1,86	26,00	1,53
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180	3,04	2,72	10,16	106,00	5,58
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	6,59	4,61	14,46	109,14	16,52
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	1,94	5,91	17,31	102,92	0,60
	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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			600	15,27	15,68	62,55	437,25	24,23
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	170	6,33	6,30	22,13	181,78	0,68
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,19	3,73	7,03	77,76	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,08	3,60	23,90	118,61	0,00
Итого			425	13,16	13,84	62,05	422,84	2,98
Всего				39,67	41,30	178,92	1 234,56	29,72

Медицинская сестра



Семенова В.Н.