

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В. Гаврилишина/

**МЕНЮ**

30 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		
<b>Завтрак</b>								
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	1,61	1,17	9,20	54,10	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,92	3,78	9,33	75,02	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,14	36,14
Итого			440	9,24	9,97	41,94	296,34	36,42
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	103	2,80	2,50	4,52	56,64	0,29
Итого			103	2,80	2,50	4,52	56,64	0,29
<b>Обед</b>								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,52	3,94	1,52
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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			613	15,20	15,95	62,64	429,19	17,01
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,88	1,68	1,86	26,00	1,53
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	2,09	1,70	9,14	60,65	0,38
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,49	4,78	20,45	131,98	0,73
Итого			430	15,12	14,34	66,08	440,10	31,61
Всего				42,36	42,76	175,18	1 222,27	85,33

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В.Гаврилишина/

## МЕНЮ

31 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Обед</b>								
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
<b>Полдник</b>								
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	4,34	3,73	7,18	80,75	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,08	3,60	23,90	118,61	0,00
Итого			385	13,48	14,76	55,74	418,71	11,37
Всего				42,18	46,98	179,67	1 322,23	45,37

Медицинская сестра



Семенова В.Н.



заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В. Гаврилишина/

**МЕНЮ**

1 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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>438</b>	<b>9,21</b>	<b>11,15</b>	<b>45,73</b>	<b>327,03</b>	<b>58,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>2,14</b>	<b>2,36</b>	<b>10,14</b>	<b>69,99</b>	<b>1,90</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,81	2,24	2,87	18,01	1,06
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 ЗЕЛЕНЫМ 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	0,88	0,00	19,27	79,45	2,88
<b>Итого</b>			<b>621</b>	<b>17,90</b>	<b>20,10</b>	<b>67,45</b>	<b>518,97</b>	<b>9,07</b>
<b>Полдник</b>								
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 ТУШЕННЫЙ	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
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,23</b>	<b>13,82</b>	<b>61,65</b>	<b>422,77</b>	<b>4,18</b>
<b>Всего</b>				<b>42,48</b>	<b>47,43</b>	<b>184,97</b>	<b>1 338,76</b>	<b>73,22</b>

Медицинская сестра

Семенова В.Н.



Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В. Гаврилишина/

**МЕНЮ**

2 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		
<b>Завтрак</b>								
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	95	0,38	0,29	9,81	44,77	4,76
Итого			425	8,38	9,32	40,74	266,71	8,80
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Обед</b>								
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	7,57	3,46	10,67	101,94	1,20
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,77	4,86	16,11	118,24	3,89
	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	0,12	0,09	12,67	52,34	0,60
Итого			620	16,11	16,14	76,50	504,78	15,49
<b>Полдник</b>								
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	2,09	1,70	9,14	60,65	0,38
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,49	4,78	20,45	131,98	0,73
Итого			405	15,14	14,69	66,09	438,01	1,28
Всего				41,68	42,48	193,49	1 279,43	26,47

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В.Гаврилишина/

**МЕНЮ**

3 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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Обед</b>								
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	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			600	16,17	15,86	80,73	514,65	27,83
<b>Полдник</b>								
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				40,57	41,48	197,10	1 311,96	33,32

Медицинская сестра



Семенова В.Н.