

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад №44

/А.В.Гаврилишина/

МЕНЮ

19 февраля 2026 г.

Сад 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	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,74	9,56	26,63	224,46	0,86
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,93	1,52	9,10	58,46	0,24
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,89	3,66	15,46	96,66	0,05
2008	пром.	МАНДАРИН	84	0,67	0,17	6,29	31,89	31,89
Итого			464	11,23	14,91	57,48	411,47	33,04
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	110	2,99	2,67	4,81	60,30	0,31
Итого			110	2,99	2,67	4,81	60,30	0,31
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	2,92	3,08	37,69	0,87
2008	82	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	195	2,68	5,49	10,15	103,98	4,09
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	65	8,73	4,21	12,62	103,71	0,36
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,02	0,78	13,85	70,59	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
Итого			672	22,93	19,74	94,82	670,92	18,64
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,82	6,44	1,86
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	11,17	7,61	9,95	153,69	0,39
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,42	8,50	26,37	180,05	17,46
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200	0,18	0,02	7,33	33,81	3,36
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			525	16,00	17,30	76,02	510,78	23,07
Всего				53,15	54,62	233,13	1 653,47	75,06

Медицинская сестра



Семенова В.Н.