

МЕНЮ

18 мая 2026 г.

Сад 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 СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155/20	29,56	16,29	46,01	451,33	0,36
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,31	0,01	10,42	44,58	1,56
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,93	3,82	16,12	100,78	0,05
2008	пром.	ГРУША	86	0,34	0,26	8,85	40,38	4,30
Итого			491	31,14	20,38	80,40	637,07	6,27
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	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	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,00	4,78	13,16	42,21	7,00
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,00	5,47	12,57	121,20	5,23
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	70	12,44	7,38	1,43	121,68	1,28
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,87	6,80	24,24	151,27	4,81
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,34	0,14	9,37	42,43	27,72
Итого			710	25,94	25,81	89,36	621,48	46,04
Полдник								
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28	0,00
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	6,52	7,49	23,17	224,41	0,19
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4,45	3,72	15,92	102,77	0,57
Итого			630	16,78	17,38	78,55	527,06	1,34
Всего				76,85	66,24	253,12	1 845,91	53,96

Медицинская сестра



Семенова В.Н.

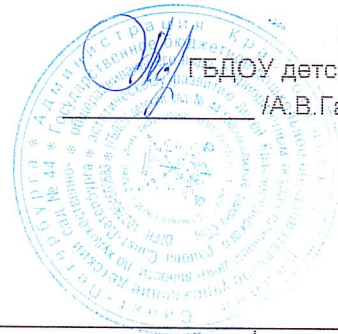
Утверждаю

заведующий
ГБДОУ детский сад №44
/А.В.Гаврилишина/

МЕНЮ

19 мая 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	7,02	7,90	31,25	225,40	2,44
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
Итого			405	12,91	13,69	60,76	409,32	2,57
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 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								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,84	2,22
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,16	4,19	16,21	119,69	6,19
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,00	4,18	18,66	148,98	20,45
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,29	7,80	18,00	136,45	0,71
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			695	21,09	20,60	102,68	670,05	33,17
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	292	-МАКАРОНИК С МЯСОМ	200	9,10	10,59	31,71	267,47	0,80
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,86	2,03	23,43	119,30	0,00
Итого			505	18,67	17,52	79,51	553,46	3,66
Всего				55,75	54,56	247,91	1 694,99	40,17

Медицинская сестра

Семенова В.Н.

МЕНЮ

21 мая 2026 г.

Сад 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,06	5,66	29,23	193,05	0,79
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,80	5,75	9,75	103,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			495	11,13	15,44	61,69	444,31	11,09
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 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 КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	200	2,25	3,27	15,18	119,55	5,59
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	16,11	10,53	12,19	211,64	0,50
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130	3,69	8,62	29,39	168,04	26,49
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			700	27,97	23,93	106,50	736,02	38,68
Полдник								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,80	2,55	4,64	31,50	7,50
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	11,63	7,53	0,00	128,58	8,84
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	3,50	22,29	147,17	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,93	1,55	11,96	69,96	0,36
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	0,24	0,91	10,92	52,81	0,03
Итого			525	17,57	16,22	58,29	470,81	16,73
Всего				59,75	58,34	231,44	1 713,30	67,27

Медицинская сестра

Семенова В.Н.



МЕНЮ

22 мая 2026 г.

Сад 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	150	5,81	3,23	19,71	129,10	0,29
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	25	3,14	2,84	0,17	38,82	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Итого			500	11,94	12,61	52,21	365,57	10,60
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 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	50	0,56	2,49	10,55	47,20	1,60
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,22	4,55	15,99	115,45	9,21
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	9,89	6,44	4,84	167,67	0,86
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,33	5,83	28,57	137,06	4,86
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	TK №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			710	20,39	20,33	101,13	658,37	20,13
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	1,36	3,76	4,80	40,13	1,77
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	200	17,88	18,00	24,05	333,52	19,06
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	2,33	2,67	23,23	116,95	0,06
Итого			530	26,12	27,49	77,74	619,79	21,47
Всего				61,53	63,18	236,04	1 705,89	52,97

Медицинская сестра _____

Семенова В.Н.