

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №26

/Костромцова С.С./

МЕНЮ

10 сентября 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыры полутвердые в ассортименте, батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	20	1,80	1,83	7,33	41,94	0,04
2024	27	КАША "ДРУЖБА" (рис круглый не пропаренный, 1 сорт. , пшено шлифованное, высший сорт, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, сахар белый кристаллический, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, вода питьевая)	130	3,98	5,25	22,48	152,58	0,51
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный крупнолистовой, сахар белый кристаллический, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (йогурт 2,5% жирности тип 5 инд ул.)	100	3,00	2,50	16,00	99,00	0,70
Итого			400	10,92	11,75	57,32	353,86	1,78
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ (продукция соковая. соки и нектары для питания детей раннего возраста (с 4-х месяцев) в ассортименте.)	150	0,75	0,15	16,80	69,00	11,10
Итого			150	0,75	0,15	16,80	69,00	11,10
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ (огурцы соленые (зеленцы).)	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла столовая свежая, высший сорт, капуста белокачанная свежая. , картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), морковь столовая свежая, высший сорт, лук репчатый свежий 1класс, томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра», масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт, сахар белый кристаллический, вода питьевая, мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, сметана 15% жирности, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, петрушка свежая (зелень).)	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	6,01
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (филе грудки цыпленка охлажденное, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт, картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), морковь столовая свежая, высший сорт, томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра», лук репчатый свежий 1класс, мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	160	5,77	6,18	10,86	216,21	8,23
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (фрукты сушёные. абрикосы сушёные (курага-половинки) без косточки, высший сорт, сахар белый кристаллический, крахмал картофельный, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	150	0,77	0,05	18,45	77,85	0,24
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	25	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	12,31	12,38	57,03	483,35	16,48
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие в/с.)	30	0,33	0,06	1,13	7,13	7,43
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами. , молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,07
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия группы а, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, вода питьевая, морковь столовая свежая, высший сорт, лук репчатый свежий 1класс, томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра», масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт.)	110	3,24	6,62	19,92	112,11	1,61
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, лимоны свежие в/с, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, дрожжи хлебопекарные, вода питьевая, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, творог 5 % жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт.)	65	4,86	4,26	28,68	164,54	0,05
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			441	16,15	18,77	69,77	457,87	9,82
Всего				40,13	43,05	200,92	1 364,08	39,18

Калькулятор

Петрова Е.А.



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ №26
/Костромцова С.С./

МЕНЮ
10 сентября 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыры полутвердые в ассортименте., батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	30	3,81	3,51	10,28	88,60	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (рис круглый не пропаренный, 1 сорт. , пшено шлифованное, высший сорт., вода питьевая, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., сахар белый кристаллический., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок., сахар белый кристаллический., молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., вода питьевая)	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки свежие в/с.)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			460	10,25	11,97	52,71	362,06	5,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности.)	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые (зеленцы).)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла столовая свежая, высший сорт., картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), морковь столовая свежая, высший сорт., лук репчатый свежий 1класс., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт., томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра»,., сахар белый кристаллический., вода питьевая, сметана 15% жирности., мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., укроп свежий (зелень).)	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	5,57
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная., батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами. , молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	70	10,19	10,34	7,26	164,82	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия группы а, высший сорт., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., вода питьевая, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный крупнолистовой., вода питьевая, варенье стерилизованное в ассортименте.)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			695	19,16	20,69	90,49	629,66	8,27
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе грудки цыпленка охлажденное., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт., лук репчатый свежий 1класс., морковь столовая свежая, высший сорт., томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра»,., рис шлифованный, 1 сорт., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	200	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые прямого отжима осветленные (яблочный).)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория., вода питьевая, творог 5 % жирности., мука пшеничная хлебопекарная, высший сорт., сахар белый кристаллический., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., дрожжи хлебопекарные., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., ванилин.)	60	5,46	8,83	13,69	162,95	0,04
Итого			465	16,55	16,41	75,93	539,46	18,27
Всего				48,75	54,07	232,20	1 621,94	32,97

Калькулятор

Петрова Е.А.