



ГБДОУ №26

/Костромцова С.С./

МЕНЮ
5 августа 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем стерилизованный в ассортименте., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (сахар белый кристаллический., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., рис круглый не пропаренный, 1 сорт. , вода питьевая, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток (не содержащий в своём составе натуральный кофе)., сахар белый кристаллический., молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., вода питьевая)	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы свежие весовые.)	47	0,71	0,24	9,87	45,13	4,71
Итого			427	10,28	11,90	53,67	359,18	7,56
II Завтрак								
2024	TK № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ (ряженка 2,5% жирности.)	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Итого			200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ (картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт., сельдь соленая слабой соли неразделанная, 1 сорт.)	50	3,23	3,42	5,54	65,87	2,80
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (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., вода питьевая, филе тресковых рыб мороженое., яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., петрушка свежая (зелень).)	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	4,27
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт., вода питьевая, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., филе грудки цыпленка охлажденное., яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория.)	70	7,18	9,34	18,40	180,79	0,53
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь столовая свежая, высший сорт., картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), горошек зеленый., капуста белокочанная свежая., молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт., вода питьевая, сахар белый кристаллический., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	140	2,78	2,12	11,38	76,73	9,90
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (фрукты сушённые. слива сушёная чернослив (целые плоды) без косточки, высший сорт., вода питьевая, кислота лимонная пищевая., сахар белый кристаллический.)	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			686	18,74	20,06	91,69	630,35	17,66
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ (морковь столовая свежая, высший сорт., сахар белый кристаллический.)	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	TK № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5 % жирности., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., манная крупа, марка м., сахар белый кристаллический., яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт., сухари панировочные., сметана 15% жирности.)	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,39
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (соки фруктовые прямого отжима (персиковый).)	180	0,52	0,00	28,81	118,73	0,00
2024	TK № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			450	16,20	17,45	77,30	541,25	1,36
Всего				48,02	54,41	235,80	1 620,85	27,18

Калькулятор

Петрова Е.А.