

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №26

/Костромцова С.С./

МЕНЮ

27 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ 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 (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами. , сыры полутвердые в ассортименте.)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар белый кристаллический, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар белый кристаллический, чай черный крупнолистовой, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы свежие весовые.)	101	1,52	0,51	21,21	96,96	10,12
Итого			461	10,82	12,01	52,41	360,96	10,61
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности тип 9 питьевой.)	200	2,94	5,00	13,05	90,34	1,40
Итого			200	2,94	5,00	13,05	90,34	1,40
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие в/с.)	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (филе грудки цыпленка охлажденное, морковь столовая свежая, высший сорт, лук репчатый свежий 1класс, батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами. , соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, петрушка свежая (зелень), яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория.)	170/10/20	4,96	0,67	9,54	126,15	0,79
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, филе тресковых рыб мороженое, морковь столовая свежая, высший сорт, лук репчатый свежий 1класс, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	70	5,85	11,38	2,60	75,73	0,72
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), морковь столовая свежая, высший сорт, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	130	2,57	4,77	16,87	121,16	7,85
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье стерилизованное в ассортименте., сахар белый кристаллический, крахмал картофельный, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			710	18,07	17,97	88,61	587,85	14,60
Полдник								
2024	ТК № 6	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.)	180	12,27	14,87	31,12	320,56	0,31
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ (клюква протертая с сахаром ., сахар белый кристаллический, крахмал картофельный, вода питьевая)	30	0,38	0,01	3,69	15,16	1,20
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (соки фруктовые прямого отжима (абрикосовый).)	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			430	16,55	16,04	78,23	539,52	8,71
Всего				48,38	51,02	232,30	1 578,67	35,32

Калькулятор

Петрова Е.А.