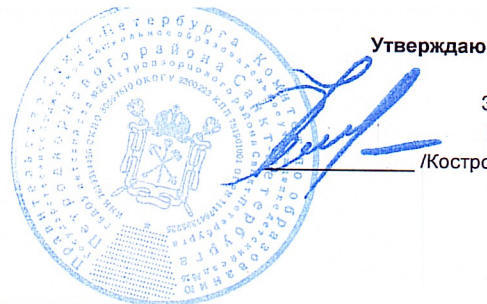




Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №26

/Костромцова С.С./

**МЕНЮ**  
**24 июля 2026 г.**  
**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Выход     | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ<br>(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                          | ТК № 60             | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ<br>(крупа ячневая, 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       | 3,77              | 4,20       | 21,64            | 139,49                                             | 0,52                  |
| 2024                          | ТК № 61             | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br>(чай черный крупнолистовой., сахар белый кристаллический., молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 200       | 2,94              | 2,43       | 10,73            | 77,16                                              | 0,55                  |
| 2024                          | ТК № 11             | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ<br>(йогурт 2,5% жирности тип 5 инд ул.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 100       | 2,80              | 2,50       | 4,51             | 49,52                                              | 0,70                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 480       | 10,80             | 12,01      | 52,90            | 360,16                                             | 3,53                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ<br>(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 № 62             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(огурцы свежие в/с.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 50        | 0,40              | 0,05       | 1,25             | 7,00                                               | 5,00                  |
| 2008                          | 80                  | БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>(свекла столовая свежая, высший сорт., капуста белокочанная свежая., картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), морковь столовая свежая, высший сорт, фасоль., лук репчатый свежий 1класс., томат-паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра», масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., сахар белый кристаллический., кислота лимонная пищевая., вода питьевая, сметана 15% жирности., мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., петрушка свежая (зелень).) | 175/15/10 | 2,18              | 7,86       | 16,65            | 137,85                                             | 6,09                  |
| 2012                          | 291                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ<br>(картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), сухари панировочные., мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, лук репчатый свежий 1класс.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 200       | 12,54             | 11,25      | 30,40            | 288,14                                             | 15,80                 |
| 2024                          | ТК № 36             | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ<br>(сахар белый кристаллический., клюква протертая с сахаром., вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 180       | 0,05              | 0,00       | 14,54            | 57,94                                              | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 37             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 30        | 1,99              | 0,26       | 12,72            | 61,19                                              | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами. )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 30        | 2,25              | 0,87       | 15,42            | 78,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 690       | 19,41             | 20,29      | 90,98            | 630,72                                             | 26,89                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2024                          | ТК № 63             | РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ<br>(филе тресковых рыб мороженое., батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами., вода питьевая, лук репчатый свежий 1класс., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория., сухари панировочные., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 70        | 6,01              | 3,54       | 15,88            | 131,18                                             | 0,60                  |
| 2024                          | ТК № 64             | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)<br>(картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), морковь столовая свежая, высший сорт, капуста белокочанная свежая., брюква свежая столовая, репа столовая свежая, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)                                                                                                                                                                                                           | 130       | 2,18              | 7,32       | 11,20            | 120,39                                             | 10,10                 |
| 2024                          | ТК № 65             | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ<br>(кислота лимонная пищевая., вода питьевая, сахар белый кристаллический., фрукты сушеные абрикосы сушеные (курага-половинки) без косточки, высший сорт.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 180       | 0,76              | 0,05       | 14,20            | 60,85                                              | 0,24                  |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ<br>(масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, сахар белый кристаллический., дрожжи хлебопекарные., яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория., мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, петрушка свежая (зелень), масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, вода питьевая, капуста белокочанная свежая. )                                                                                                                                                                                                                     | 60        | 4,28              | 6,27       | 21,10            | 156,04                                             | 6,05                  |
| 2024                          | ТК № 4              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 35        | 2,32              | 0,31       | 14,84            | 71,39                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 475       | 15,55             | 17,49      | 77,22            | 539,85                                             | 16,99                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           | 48,55             | 54,79      | 234,17           | 1 621,49                                           | 48,51                 |

Калькулятор

Петрова Е.А.