Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №26
/Костромцова С.С./

МЕНЮ

28 октября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем стерилизованный в ассортименте., батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	20	1,10	0,47	11,70	44,79	2,08
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (рис круглый не пропареный, 1 сорт. , молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., сахар белый кристаллический., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., вода питьевая)	130	3,43	6,20	21,94	155,00	0,40
2024	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)	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности тип 5 инд уп.)	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,70
Итого			**400**	**8,73**	**10,99**	**49,98**	**304,70**	**3,57**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ (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	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие в/с.)	40	0,32	0,04	0,99	5,53	3,95
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель продовольственный поздний (поступающий в продажу с 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, петрушка свежая (зелень)., соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт., филе тресковых рыб мороженое., батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами. , яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., 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., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	50	5,74	6,24	22,20	138,89	0,43
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (тыква свежая продовольственная., картофель продовольственный поздний (поступающий в продажу с 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.)	120	1,41	3,56	13,38	105,01	9,11
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки свежие в/с., вода питьевая, сахар белый кристаллический., кислота лимонная пищевая.)	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	25	1,29	0,22	10,81	52,01	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	15	1,06	0,45	7,94	40,48	0,00
Итого			**580**	**13,01**	**13,30**	**74,91**	**481,69**	**21,77**
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (морковь столовая свежая, высший сорт., сахар белый кристаллический., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт.)	30	0,37	0,03	3,38	15,53	0,57
2024	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.)	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,25
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности.)	180	2,58	4,59	8,80	99,00	0,98
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами, витаминами.)	15	1,06	0,45	7,94	40,48	0,00
Итого			**355**	**17,07**	**18,51**	**41,75**	**431,01**	**1,80**
Всего				**39,56**	**42,95**	**183,44**	**1 286,40**	**38,24**

Калькулятор _____ Петрова Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 октября 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								
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	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (сахар белый кристаллический., масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт., молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности., рис круглый не пропареный, 1 сорт. , вода питьевая, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 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	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины свежие, высший сорт.)	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			**480**	**10,53**	**11,90**	**52,80**	**359,65**	**40,85**
II Завтрак								
2024	ТК № 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 поздний (поступающий в продажу с 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	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель продовольственный поздний (поступающий в продажу с 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	ТК № 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	7,11	9,25	18,22	179,00	0,52
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь столовая свежая, высший сорт., картофель продовольственный поздний (поступающий в продажу с 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	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (фрукты сушёные. 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	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	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			**686**	**18,67**	**19,97**	**91,51**	**628,56**	**17,65**
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	ТК № 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 ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые прямого отжима осветленные (яблочный).)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 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**	**16,58**	**17,63**	**66,67**	**499,92**	**4,96**
Всего				**48,58**	**54,50**	**224,12**	**1 578,20**	**64,06**

Калькулятор _____ Петрова Е.А.