

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №26
/Костромцова С.С./



МЕНЮ
4 августа 2026 г.
Сад 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									
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами, витаминами.)	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00	
2024	TK № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, горошек зеленый, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	200	8,58	3,10	23,36	151,39	1,36	
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, лимоны свежие в/с., сахар белый кристаллический, вода питьевая)	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15	
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (груши свежие поздних сроков созревания 1гр, 1с.)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00	
Итого			530	10,80	12,02	52,70	360,62	7,51	
II Завтрак									
2024	TK № 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									
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты свежие в/с, лук зелёный свежий, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт.)	50	0,55	3,08	1,74	37,91	12,45	
2024	TK № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (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, укроп свежий (зелень).)	170/15/15	3,13	5,84	10,87	112,16	7,53	
2024	TK № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ) (мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами, вода питьевая, лук репчатый свежий 1класс, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, петрушка свежая (зелень), сухари панировочные, сметана 15% жирности, мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	70	8,96	8,09	19,15	185,25	2,25	
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 (вода питьевая, чай черный крупнолистовой, варенье стерилизованное в ассортименте.)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12	
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами, витаминами.)	15	1,13	0,43	7,79	39,69	0,00	
Итого			695	18,04	20,36	90,32	630,58	22,35	
Полдник									
2024	TK № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ (филе тресковых рыб мороженое, 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, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория.)	70	5,15	7,39	1,56	108,93	0,31	
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ (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, капуста цветная свежая, высший сорт, сыры полутвердые в ассортименте, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт.)	130	2,92	7,05	3,68	90,53	32,43	
2024	TK № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (вода питьевая, виноград сушеный "изюм", сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая.)	180	0,34	0,08	11,35	67,98	0,00	
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами, витаминами.)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ (мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, дрожжи хлебопекарные, сахар белый кристаллический, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, свекла столовая свежая, высший сорт, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, вода питьевая)	55	4,73	1,82	38,16	165,38	0,13	
Итого			480	16,34	17,25	76,08	539,11	32,87	
Всего					48,12	54,63	232,15	1 620,65	64,13

Калькулятор

Петрова Е.А.