

МЕНЮ

1 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,79	0,07
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,39
2011	183	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергики)	150	3,63	8,49	26,13	195,27	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			460	10,80	12,00	52,20	359,99	10,51
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	199	2,94	5,00	13,05	90,34	1,40
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			199	2,94	5,00	13,05	90,34	1,40
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,84	3,02	3,93	47,48	14,40
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/10/20	4,69	4,40	0,74	61,42	0,60
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	75	6,20	12,06	2,76	80,27	0,76
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	12,75	10,92	0,34	150,44	0,15
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	135	2,65	4,91	17,38	124,79	8,09
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	170	1,80	0,20	8,25	42,33	3,95
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,24
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			722	18,67	25,49	83,16	571,77	24,09
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	12,02	14,57	30,50	314,15	0,30
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	149	2,90	4,70	23,50	148,00	21,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,37	0,01	3,58	14,71	1,16
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	177	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			422	16,29	15,74	77,50	532,66	8,66
Всего				48,70	58,23	225,91	1 554,76	44,66

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №92 (Октябрьская наб.122 к 6.)
/Мягкова Ж.В./

МЕНЮ

1 июня 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,32	1,94	7,83	58,43	0,04
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ-МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,44
2011	183	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергики)	150	3,63	0,95	26,13	127,45	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,97	2,59	11,40	71,30	0,48
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			395	7,85	10,42	46,15	300,73	37,06
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	179	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			179	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,48	1,50	3,05	28,37	8,11
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,89
2024	53	БУЛЬОН С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	155/20/10	4,03	3,31	0,68	48,54	3,03
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	45	3,71	4,56	6,65	125,40	0,15
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,26	3,87	14,91	104,15	6,96
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	129	2,50	0,50	20,40	96,35	10,32
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			543	13,06	13,11	55,99	468,00	16,38
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,80	13,17	21,20	270,48	0,25
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	129	2,50	0,50	20,40	96,35	10,32
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,09	20,92	0,28
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	148	0,45	0,15	14,30	60,00	9,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			323	14,58	13,93	50,88	403,80	9,53
Всего				38,59	41,96	161,12	1 245,53	64,23