

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

Иванова О.С./

МЕНЮ

13 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,45	5,55	18,70	143,35	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,80	6,90	8,60	112,40	0,08
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
Итого			435	8,75	12,83	42,67	325,11	10,17
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	161	3,66	4,43	19,25	132,94	1,33
Итого			161	3,66	4,43	19,25	132,94	1,33
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	3,06	3,23	39,55	0,91
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,11	4,62	9,90	110,51	4,19
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150/15	7,37	6,93	24,18	188,85	5,58
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	14,20	46,00	12,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,28	0,17	8,20	39,43	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,60	0,62	10,97	55,89	0,00
Итого			605	15,62	15,68	70,68	480,23	22,68
Полдник								
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	5,03	2,89	5,44	88,73	1,19
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	105	1,48	4,11	9,57	81,50	8,77
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,32	3,72	7,14	80,32	0,80
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,28	0,17	8,20	39,43	0,00
Итого			333	12,11	10,89	30,35	289,98	10,76
Всего				40,14	43,83	162,95	1 228,26	44,94

Медицинская сестра Жукова Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

Иванова О.С./

МЕНЮ

13 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,43	7,28	25,85	195,61	0,79
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,26	6,78	27,16	178,71	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,94	0,36	6,45	32,88	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,02	36,61	0,03
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,78	4,64	9,11	84,55	0,09
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	105	0,95	0,21	8,54	45,34	63,27
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			498	12,24	12,49	58,97	394,99	64,18
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Итого			110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	1,96	4,72	3,50	64,56	1,68
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01	4,66
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190/15	10,65	10,03	32,28	201,71	6,69
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,64	0,22	10,47	50,39	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,57	0,61	10,78	54,97	0,00
Итого			701	20,66	20,09	89,18	581,00	26,35
Полдник								
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	7,69	5,31	10,37	121,32	1,58
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	60	7,84	9,79	1,54	125,59	0,78
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2,55	3,31	17,57	110,59	9,63
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	135	2,61	4,23	21,15	133,20	18,90
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,30	4,57	8,77	98,65	0,98
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,95	0,26	12,47	59,99	0,00
Итого			428	17,49	13,45	49,18	390,55	12,19
Всего				53,31	49,03	210,39	1 456,52	104,62

Медицинская сестра Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

/Иванова О.С./

МЕНЮ

13 февраля 2026 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,45	7,31	25,95	196,42	0,79
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,04	5,14	26,37	159,85	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,93	36,27	0,03
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,94	0,36	6,45	32,89	0,00
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,74	4,58	9,01	83,60	0,09
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	105	0,95	0,21	8,53	45,29	63,19
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
Итого			498	12,22	12,46	58,87	394,47	64,10
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Итого			110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	1,95	4,73	3,50	64,60	1,68
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01	4,66
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190/15	10,65	10,03	32,28	201,71	6,69
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,22	10,46	50,34	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,56	0,60	10,72	54,63	0,00
Итого			701	20,63	20,09	89,11	580,65	26,35
Полдник								
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2,48	2,32	16,94	98,90	9,29
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	125	2,40	5,32	19,53	135,82	9,88
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			340	5,04	5,12	29,88	166,90	9,87
Всего				40,81	40,67	190,92	1 232,00	102,22

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.