

Утверждаю

ВРИО заведующего
ГБДОУ детский сад №22
/Иванова О.С./

**МЕНЮ**

5 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,13	4,88	19,13	137,57	0,46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,08	20,80	0,02
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	4,19	7,24	9,80	121,82	0,08
Итого			345	8,44	12,12	34,01	280,19	0,56
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,04	3,22	33,36	1,51
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,11	4,62	9,90	110,51	4,19
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160/15	13,94	19,68	19,58	315,31	8,83
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,36	0,02	25,00	102,00	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
Итого			612	21,39	26,68	73,24	635,97	14,53
Полдник								
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	10,82	3,57	3,68	90,16	0,72
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	60/25	7,58	6,33	1,66	93,91	0,83
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	115	2,04	4,22	11,01	90,48	15,35
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,35	3,74	7,19	80,84	0,80
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,15	0,83	14,73	75,11	0,00
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,31	1,87	26,53	140,20	0,09
Итого			399	23,67	14,23	63,14	476,79	16,96
Всего				53,90	53,43	180,20	1 439,98	42,06

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.

Утверждаю

 ВРИО заведующего
 ГБДОУ детский сад №22
 /Иванова О.С./
МЕНЮ

5 июня 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	4,46	6,14	17,07	149,33	0,59
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,26	6,78	27,16	178,71	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,55	0,03
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,45	4,88	15,81	129,79	0,09
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	94	0,85	0,19	7,62	40,46	56,46
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			479	10,90	11,21	49,50	356,13	57,17
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	94	0,85	0,19	7,62	40,45	56,44
Итого			94	0,85	0,19	7,62	40,45	56,44
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,06	4,71	6,07	91,96	3,02
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,58	6,12	11,23	123,17	7,47
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	11,33	10,67	34,34	214,58	7,12
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	200	6,77	9,80	29,33	233,10	14,83
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,35	0,45	21,46	103,25	0,00
Итого			716	23,09	22,26	88,86	617,32	30,93
Полдник								
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	7,77	5,36	10,47	122,55	1,60
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	7,84	9,79	1,54	125,59	0,78
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,66	3,40	15,64	104,30	15,27
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,93	4,75	23,74	149,48	21,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,33	4,59	8,81	99,11	0,98
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,79	0,69	12,27	62,55	0,00
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,17	2,07	24,91	126,60	0,00
Итого			479	18,72	16,11	72,10	515,11	17,85
Всего				53,56	49,77	218,08	1 529,01	162,39

Медицинская сестра

Жуик

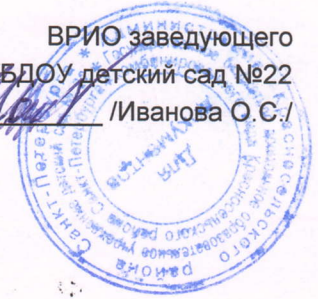
Филиппова А.Ю.

Утверждаю

ВРИО заведующего
ГБДОУ детский сад №22
Иванова О.С./**МЕНЮ**

5 июня 2026 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,46	6,14	17,07	149,33	0,59
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	9,10	36,93	0,03
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,59	3,72	16,35	117,95	0,07
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	94	0,84	0,19	7,60	40,37	56,32
Итого			479	10,04	10,05	50,12	344,58	57,01
II Завтрак								
2008	*	АПЕЛЬСИН	94	0,84	0,19	7,60	40,36	56,32
Итого			94	0,84	0,19	7,60	40,36	56,32
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	1,32	4,07	3,73	57,00	1,74
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01	4,66
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	11,33	10,67	34,34	214,58	7,12
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,26	0,17	8,09	38,94	0,00
Итого			664	18,38	19,11	69,55	537,53	13,52
Полдник								
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	3,04	2,26	18,77	107,68	14,90
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	* 479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,20	4,09	31,76	184,62	0,10
Итого			400	10,80	9,15	63,47	360,30	15,58
Всего				40,06	38,50	190,74	1 282,77	142,43

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.