

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

/Иванова О.С./

МЕНЮ

10 июля 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,89	7,14	23,63	179,10	0,63
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,48	3,02	6,08	54,20	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	19	2,32	2,10	0,13	28,61	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			319	7,78	12,26	36,80	290,09	0,65
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
Итого			180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
Обед								
2008	103	СУП ОВОЩНОЙ	180/1	0,10	1,87	0,25	18,31	0,91
2023	1029	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	40	5,13	8,16	4,36	111,64	0,27
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	178	0,86	0,17	17,44	74,24	1,42
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,04	0,14	6,64	31,95	0,00
Итого			565	10,73	14,94	66,39	442,14	2,60
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ	180/20	8,10	6,63	22,57	185,63	4,08
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,87	0,58	6,37	34,33	0,16
Итого			380	8,97	7,21	28,94	219,96	4,24
Всего				28,08	34,65	154,13	1 045,19	79,49

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

Иванова О.С./

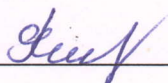
МЕНЮ

10 июля 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,52	2,37	19,74	117,97	0,95
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,33	3,53	26,38	146,58	0,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,70	5,05	8,56	90,55	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	24	3,03	2,75	0,16	37,46	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			379	10,39	10,17	34,55	270,84	0,98
II Завтрак								
	TK№041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
Итого			180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
Обед								
2008	103	СУП ОВОЩНОЙ	200	0,11	2,27	0,28	22,05	1,03
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2023	1029	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	45	6,46	9,74	5,63	136,28	0,34
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	40	2,10	0,25	13,56	64,80	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	178	0,89	0,18	17,98	76,54	3,56
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,28	0,17	8,20	39,43	0,00
Итого			592	12,34	16,96	69,79	480,30	4,93
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ	180/20	8,18	6,70	22,80	187,50	4,12
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,67	11,88	60,55	0,00
Итого			423	12,47	10,17	47,62	316,05	4,70
Всего				35,80	37,54	173,96	1 160,19	82,61

Медицинская сестра



Филиппова А.Ю.

Сад 10 часов

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.