

/Иванова О.С./

Ясли 12 часов

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.



МЕНЮ

17 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	135/20	12,68	15,28	3,57	202,73	0,96
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,63	1,15	12,56	67,51	0,25
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,57	2,37	20,49	109,66	0,08
2008	пром.	МАНДАРИН	98	0,78	0,20	7,35	37,24	37,24
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			488	16,66	19,00	43,97	417,14	38,53
II Завтрак								
2008	пром.	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	5,04	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	5,04	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	45	0,36	0,04	2,54	5,79	1,67
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,64	3,27	10,18	139,55	5,59
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергии)	200/20	7,73	5,77	11,81	130,18	5,90
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75	10,04	7,17	20,12	144,27	8,28
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	70	9,14	7,86	0,00	107,09	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	1,57	8,10	22,15	150,96	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,41	10,18	19,56	179,63	9,90
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			650	18,17	18,98	83,77	568,96	19,14
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	55	1,41	7,25	2,94	82,53	2,13
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,13	12,20	10,76	238,00	15,14
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
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	2,76	3,30	6,93	68,84	0,03
Итого			475	20,74	26,28	46,42	522,87	17,88
Всего				60,61	67,39	179,80	1 579,61	76,43

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

Иванова О.С./

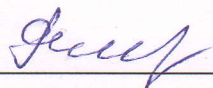
МЕНЮ

17 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100/50	10,04	9,99	3,11	142,53	0,93
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	110	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,77	1,38	12,39	69,40	0,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	2,31	3,16	23,69	132,58	0,06
Итого			385	14,12	14,53	39,19	344,51	1,29
II Завтрак								
2008	пром.	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	5,04	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	5,04	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	45	0,36	0,04	2,54	5,79	1,67
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,64	3,27	10,18	139,55	5,59
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	200	3,01	1,60	11,67	73,23	5,90
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	10,15	7,25	20,33	145,77	8,36
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70	7,67	6,56	0,34	90,92	0,17
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	1,55	8,02	21,92	149,37	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,41	0,49	19,56	92,43	9,90
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,45	0,19	9,30	44,76	0,00
Итого			647	18,05	18,95	82,45	562,64	19,22
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,60	8,70	16,10	149,00	17,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	6,19	25,25	0,03
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	5,30	5,41	18,39	143,78	0,03
Итого			390	13,03	14,11	40,68	318,03	17,06
Всего				50,24	50,72	167,96	1 295,82	38,45

Медицинская сестра



Филиппова А.Ю.