



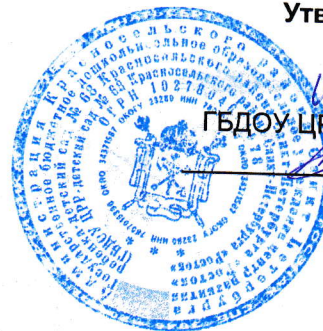
Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ ЦРР детский сад 68  
/Гитова С.Д./

**МЕНЮ**

7 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

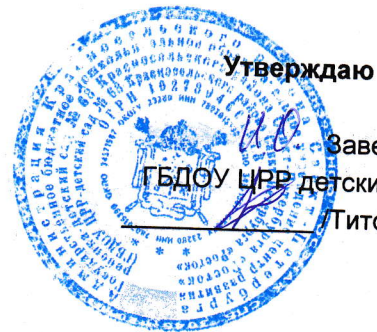


Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,76	4,53	15,89	115,54	0,45
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,83	1,44	9,08	57,15	0,23
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,50	74,64	0,03
2008	пром.	БАНАНЫ	95	0,86	0,19	7,70	40,85	8,74
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>9,39</b>	<b>9,81</b>	<b>42,17</b>	<b>288,18</b>	<b>9,45</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% тип7	110	2,05	2,33	10,16	69,93	0,90
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>2,05</b>	<b>2,33</b>	<b>10,16</b>	<b>69,93</b>	<b>0,90</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	180	2,55	1,98	13,89	102,00	4,44
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,05	7,20	12,03	142,10	0,15
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	1,94	5,91	17,57	102,92	0,60
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	11,81	51,53	24,06
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>16,23</b>	<b>16,04</b>	<b>76,69</b>	<b>505,84</b>	<b>30,75</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	24,95	16,68	34,70	395,28	0,35
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,02	4,49	8,44	93,31	0,96
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,13	3,30	21,39	104,15	0,67
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>34,35</b>	<b>25,34</b>	<b>79,95</b>	<b>671,34</b>	<b>1,98</b>
<b>Всего</b>				<b>62,02</b>	<b>53,52</b>	<b>208,97</b>	<b>1 535,29</b>	<b>43,08</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Мухина А,О

**МЕНЮ**

8 апреля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,64	3,39	8,40	80,64	0,09
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,48</b>	<b>278,67</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% тип7	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>2,14</b>	<b>2,36</b>	<b>10,14</b>	<b>69,99</b>	<b>1,90</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,00	3,07	33,12	5,77
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72	2,88
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,09	6,79	7,22	133,67	0,64
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
<b>Итого</b>			<b>618</b>	<b>16,09</b>	<b>16,13</b>	<b>73,61</b>	<b>493,96</b>	<b>9,29</b>
<b>Полдник</b>								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,36	5,19	6,83	97,71	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,49	15,17	103,05	3,83
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>13,21</b>	<b>13,66</b>	<b>61,68</b>	<b>420,25</b>	<b>6,19</b>
<b>Всего</b>			<b>40,70</b>	<b>41,55</b>	<b>187,91</b>	<b>1 262,87</b>	<b>18,36</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Мухина А,О



