

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №43
Коршунова Л.М./

МЕНЮ

24 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		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	2,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2012	368	БАНАН	80	1,20	0,40	13,40	67,37	7,98
Итого			392	5,92	6,73	57,81	281,35	10,47
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	171	3,74	4,29	6,67	74,24	1,20
Итого			171	3,74	4,29	6,67	74,24	1,20
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	27/20	2,96	4,87	2,28	72,41	1,07
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	47	5,19	8,51	8,54	106,09	0,06
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	124	1,37	2,42	7,66	58,44	6,92
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,25	0,56	9,88	50,30	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,66	0,12	6,04	29,06	0,00
Итого			571	16,04	22,97	61,14	489,78	14,08
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,88	9,99	39,60
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	54	5,11	5,52	12,09	120,00	0,34
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	105	1,97	3,46	10,26	97,09	6,22
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	143	0,43	0,14	13,59	57,00	8,55
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	46	1,89	0,82	13,08	114,13	0,09
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,66	0,12	6,04	29,06	0,00
Итого			402	10,56	10,06	56,94	427,27	54,80
Всего				36,26	44,05	182,56	1 272,64	80,55



Заведующий
ГБДОУ №43
Коршунова Л.М./

МЕНЮ

24 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	31	1,30	2,91	16,18	94,91	1,78
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,36	0,36	8,92	42,77	3,64
Итого			452	10,17	11,59	51,70	356,69	5,97
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,96	5,05	13,62	91,80	1,41
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	126	1,89	0,63	26,46	120,96	12,63
Итого			201	2,96	5,05	13,62	91,80	1,41
Обед								
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	50	0,62	0,05	2,36	12,48	39,60
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	200	2,40	3,36	8,16	72,80	8,80
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	66	7,83	6,19	17,51	111,24	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	45	11,13	7,48	0,00	113,03	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	142	3,12	9,48	21,96	186,41	10,16
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	137	2,64	4,27	21,36	134,53	19,09
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,91	0,25	12,21	58,74	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,21	0,85	15,11	77,03	0,00
Итого			696	17,85	19,86	88,64	601,79	54,53
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	188	9,85	12,13	14,37	263,20	10,43
2008	309	РАГУ ИЗ овощей (аллергики)	183	9,55	11,75	13,93	255,02	10,11
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,05
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,59	0,21	10,18	48,95	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,22	4,23	45,51	184,42	0,00
Итого			472	16,86	16,58	78,28	531,48	11,58
Всего			474	47,84	53,08	232,24	1 581,76	73,49