

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./

МЕНЮ

26 февраля 2026 г.

Сад 24 часа

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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,01	2,46	9,90	74,54	0,45
Итого			415	12,25	14,56	43,90	339,54	0,95
II Завтрак								
	TK№020	БАНАН СВЕЖИЙ	102	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			102	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,78	7,45	5,88	94,08	3,82
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,33	6,69	8,44	114,50	5,60
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,30	5,41	20,50	183,60	0,41
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	4,06	3,24	15,89	108,66	9,49
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,70	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,30	0,90	15,50	79,20	0,00
Итого			751	23,81	23,93	87,31	675,24	19,32
Полдник								
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,41	0,09	17,35	72,54	0,00
2008		ПРЯНИКИ	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
Итого			340	5,98	4,87	49,23	271,27	0,38
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	30,46	20,79	24,33	415,46	0,34
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	0,67	1,79	4,38	36,35	0,09
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,94	3,96	9,70	97,91	1,09
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	105,60	0,00
Итого			449	40,07	27,74	59,01	655,32	1,52
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	180	5,40	3,00	7,20	55,80	1,80
Итого			180	5,40	3,00	7,20	55,80	1,80
Всего				89,01	74,60	267,65	2 093,17	27,97

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./

МЕНЮ

26 февраля 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	БАНАН	98	1,43	0,48	15,95	80,20	0,00
Итого			410	6,15	6,81	60,36	294,18	0,00
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Итого			170	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	17/20	2,19	3,61	1,69	53,64	0,00
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	50	8,34	9,48	5,56	140,77	0,06
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	1,21	2,14	6,77	51,66	6,12
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155	0,11	0,10	13,51	55,93	1,02
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			557	18,36	22,45	57,91	504,89	12,40
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	4,69	5,07	11,10	110,19	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	153	0,77	0,15	15,49	70,53	3,07
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			413	10,57	9,76	58,49	435,54	43,07
Всего				38,78	43,27	183,36	1 308,11	55,47

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./

МЕНЮ

26 февраля 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,51	2,06	10,05	69,29	0,47
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	61,90	0,00
Итого			505	11,07	12,27	53,35	364,67	2,23
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,76	4,95	12,94	89,85	0,00
Итого			199	2,76	4,95	12,94	89,85	0,00
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85	0,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	16,02	16,57	31,42	338,84	15,87
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,05	18,57	72,85	0,20
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			690	22,91	25,66	96,03	696,33	21,07
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	11,13	5,31	6,85	119,52	0,60
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К)	130	2,46	8,59	16,11	152,19	10,09
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,28	6,27	21,10	156,04	6,05
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			475	20,95	20,53	73,10	559,99	16,98
Всего				57,69	63,41	235,42	1 710,84	40,28