

Утверждаю

ГБДОУ Д/С 62

/ЯНКОВСКАЯ В.М./

МЕНЮ

6 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			480	7,27	16,32	53,26	392,52	5,55
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Итого			200	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	12,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
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	19,34	15,47	79,28	590,82	25,57
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	6,01	3,54	15,88	131,18	0,00
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,60	8,60	18,09	160,91	11,19
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,73	1,82	38,16	165,38	0,00
Итого			470	15,78	14,39	108,69	617,06	12,59
Всего				45,33	51,18	254,28	1 690,74	43,71

Лавриненко В.А.



ГБДОУ Д/С 62
ЯНКОВСКАЯ В.М/

МЕНЮ
6 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,00
2012	368	ГРУША	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
Итого			405	8,84	12,27	49,39	308,69	6,25
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	150	2,58	3,75	6,75	60,83	0,00
Итого			150	2,58	3,75	6,75	60,83	0,00
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06	0,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,30	9,00	10,00	224,00	11,90
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,27	0,22	10,71	51,50	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			555	13,47	14,53	54,69	497,11	15,89
Полдник								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130	5,80	12,70	15,01	219,00	0,00
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	1,92	1,71	20,40	115,06	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			380	9,25	14,72	54,68	421,21	4,85
Всего				34,14	45,27	165,51	1 287,84	26,99

 Лавриненко В.А.