Утверждаю

ГБДОУ Д/С 62

_____ /ЯНКОВСКАЯ В,М/

МЕНЮ

5 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМ	20	1,16	0,44	11,24	53,63	0,03
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			**395**	**5,39**	**8,17**	**50,49**	**296,14**	**36,13**
II Завтрак								
2008	442	ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ 0,2	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			**150**	**0,75**	**0,15**	**15,15**	**64,50**	**3,00**
Обед								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	40	2,40	4,41	3,08	60,27	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,80	6,30	22,42	140,29	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,68	5,54	13,38	114,60	9,00
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,27	0,22	10,71	51,50	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,04	0,44	7,79	39,69	0,00
Итого			**570**	**17,80**	**23,41**	**80,90**	**567,02**	**15,06**
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,44	15,85	0,00
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,19	13,57	21,85	278,76	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,60	2,08	15,78	88,45	0,00
Итого			**361**	**17,74**	**20,27**	**49,87**	**482,06**	**0,00**
Всего				**41,68**	**52,00**	**196,41**	**1 409,72**	**54,19**

_____ Лавриненко В.А.

Утверждаю

ГБДОУ Д/С 62
/ЯНКОВСКАЯ В,М/

МЕНЮ

5 ноября 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	30	1,26	2,94	15,50	93,58	0,06
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			**480**	**10,50**	**11,96**	**52,28**	**359,24**	**0,06**
II Завтрак								
2008	442	СОК ВОССТАНОВЛЕННЫЙ 1 ЛИТР В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			**180**	**0,90**	**0,18**	**18,18**	**77,40**	**3,60**
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87	0,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,61	5,30	11,86	117,97	6,03
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,11	9,25	18,22	179,00	0,00
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	130	2,92	7,05	3,68	90,53	0,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**695**	**22,19**	**26,05**	**82,35**	**647,86**	**7,43**
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00
Итого			**471**	**18,55**	**23,93**	**66,90**	**548,45**	**0,00**
Всего				**52,14**	**62,12**	**219,71**	**1 632,95**	**11,09**

Лавриненко В.А.