ГБДОУ Д/С 62

Утверждаю

ГБДОУ Д/С 62
/ЯНКОВСКАЯ В,М/

МЕНЮ

27 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 ДЖЕМОМ	20	1,15	0,44	11,01	52,58	0,03
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	0,00
Итого			**395**	**5,00**	**8,35**	**49,73**	**298,51**	**0,87**
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	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	0,00
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			**565**	**15,86**	**15,06**	**62,09**	**490,91**	**8,33**
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,09	20,92	0,28
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	39	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
Итого			**330**	**14,36**	**14,41**	**58,68**	**396,40**	**0,30**
Всего				**38,92**	**42,07**	**177,10**	**1 259,32**	**9,50**

Лавриненко В.А.

Утверждаю

ГБДОУ Д/С 62

/ЯНКОВСКАЯ В,М/

МЕНЮ

27 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 № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			**480**	**7,51**	**9,89**	**48,89**	**314,83**	**4,06**
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Итого			**200**	**2,93**	**5,00**	**13,49**	**90,89**	**0,00**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,55	3,08	1,74	37,91	0,00
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20	4,96	0,67	9,54	126,15	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,19	10,34	7,26	164,82	0,00
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,35	5,72	19,28	142,34	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,28	0,06	14,14	58,73	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**710**	**23,57**	**21,00**	**80,10**	**669,74**	**0,00**
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	12,27	14,87	31,12	320,56	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71	0,28
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			**440**	**14,27**	**25,32**	**56,48**	**485,98**	**0,28**
Всего				**48,28**	**61,21**	**198,96**	**1 561,44**	**4,34**

Лавриненко В.А.