

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №92 (Октябрьская наб.122 к 6.)

/Мягкова Ж.В./

МЕНЮ

9 июня 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	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,68	0,24	22,61	99,30	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			400	7,33	10,49	47,88	305,99	3,49
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/20/5	7,06	5,40	6,56	103,21	5,21
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,80	6,30	22,42	140,29	0,43
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	51	9,14	7,86	0,00	107,09	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,40	3,52	13,25	103,97	9,02
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,50	5,35	20,40	139,95	10,32
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			580	13,00	13,31	74,57	479,91	21,72
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,41	15,69	0,58
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,25
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,50	5,35	20,40	139,95	10,32
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00	0,98
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			355	17,04	18,50	41,55	429,99	1,81
Всего				38,12	42,45	179,15	1 280,39	30,02

МЕНЮ

9 июня 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	1,19	2,65	14,74	86,47	1,62
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,35	2,83	19,49	108,85	0,00
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
	TK № 035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	TK № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	82	0,40	0,00	0,00	0,00	2,00
Итого			480	10,43	11,67	51,52	352,13	40,71
II Завтрак								
2024	TK № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,80	5,00	8,00	106,00	1,40
	TK № 035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			200	5,80	5,00	8,00	106,00	1,40
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40	2,68	2,84	4,60	54,67	2,32
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	4,27
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	170/10/10	2,91	2,99	4,05	54,92	2,44
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,04	9,16	18,04	177,21	0,51
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	45	8,61	7,38	0,18	101,51	0,09
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,53	1,93	10,36	69,82	9,01
2011	317	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	125	1,77	0,18	7,78	40,47	8,86
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			662	17,80	19,11	89,37	608,66	16,27
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ.	40	1,49	1,58	6,72	47,05	0,77
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	195	19,82	10,08	18,03	175,40	0,21
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	2,89	6,75	23,54	166,71	11,91
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	176	0,52	0,00	28,81	118,73	0,00
2024	TK № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			429	23,33	12,24	63,84	393,58	0,98
Всего				57,36	48,02	212,73	1 460,37	59,36