

**МЕНЮ**

8 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,67	3,46	9,26	83,53	0,07
2024	TK № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,16	5,60	24,60	157,37	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 № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
	TK № 010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,90	44,20	4,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>10,69</b>	<b>12,03</b>	<b>51,91</b>	<b>354,53</b>	<b>61,39</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>199</b>	<b>2,79</b>	<b>5,00</b>	<b>13,07</b>	<b>90,76</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,34	0,91	1,05	13,73	4,31
2024	TK № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	2,67
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	75	8,58	9,22	7,60	180,71	12,86
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	9,05	7,74	0,28	106,87	0,12
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	125	1,36	2,39	7,66	58,20	6,94
2012	333	КАБАЧКИ (аллергики)	105	1,16	2,05	6,50	49,59	5,88
2024	TK № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>697</b>	<b>17,66</b>	<b>19,91</b>	<b>89,81</b>	<b>620,73</b>	<b>26,78</b>
<b>Полдник</b>								
2024	TK № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,87	4,06	19,08	119,41	0,18
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	9,05	7,74	0,28	106,87	0,12
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,73	2,14	4,19	118,73	11,20
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	180	0,00	0,00	18,51	74,04	0,00
	TK № 035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	TK № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>464</b>	<b>16,91</b>	<b>17,56</b>	<b>77,33</b>	<b>538,47</b>	<b>11,38</b>
<b>Всего</b>				<b>48,05</b>	<b>54,50</b>	<b>232,12</b>	<b>1 604,49</b>	<b>100,65</b>

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №92 ( Октябрьская наб. 122 к 6.)  
/Мягкова Ж.В./

**МЕНЮ**

8 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,13	1,82	6,85	52,60	0,03
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	2,40	0,63	15,69	77,91	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2024	48	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
2012	368	ЯБЛОКО (аллергии)	96	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>6,46</b>	<b>9,54</b>	<b>43,96</b>	<b>299,73</b>	<b>58,26</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	141	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>141</b>	<b>3,10</b>	<b>4,50</b>	<b>8,10</b>	<b>73,00</b>	<b>1,26</b>
<b>Обед</b>								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,33	1,98	0,72	22,68	3,32
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	3,55
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	250	1,46	5,08	9,63	90,44	8,01
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	7,86	6,34	5,92	128,04	10,10
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	51	9,14	7,86	0,00	107,09	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,87	4,46	9,76	92,69	6,94
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,50	5,35	20,40	139,95	10,32
2024	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,09	0,07	9,03	30,35	0,45
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>561</b>	<b>15,97</b>	<b>16,42</b>	<b>68,50</b>	<b>484,65</b>	<b>24,36</b>
<b>Полдник</b>								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	7,44	7,79	26,66	205,20	1,51
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	160	16,73	19,62	25,50	345,10	0,91
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
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>477</b>	<b>12,87</b>	<b>11,48</b>	<b>73,11</b>	<b>411,47</b>	<b>12,23</b>
<b>Всего</b>				<b>38,40</b>	<b>41,94</b>	<b>193,67</b>	<b>1 268,85</b>	<b>96,11</b>