

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №92 (Октябрьская наб.122 к 6.)
/Мягова Ж.В./**МЕНЮ**

5 ноября 2025 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,13	16,04	2,49	195,08	0,22
2008	189	КАША ПШЕННАЯ (НА ВОДЕ) (аллергии)	205	3,32	0,78	23,51	114,30	0,00
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			410	15,83	23,24	33,99	387,58	4,72
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,40	4,07	6,16	69,69	8,74
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/1	1,29	3,37	6,10	60,41	9,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	21,33	21,47	4,93	298,28	0,93
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	9,19	7,86	0,28	108,54	0,11
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,33	6,77	33,23	222,86	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	11,03	43,21	0,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			751	32,59	32,11	70,52	728,48	11,87
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,67	12,88	14,30	235,61	20,21
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	120	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Итого			520	20,39	16,09	54,00	447,21	22,81
Всего				69,21	71,77	168,84	1 610,27	41,40

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 ноября 2025 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,91	1,62	1,82	24,54	1,41
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	119,00	0,20
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	17,41	22,82	32,62	295,54	3,91
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,87	6,11	5,65	95,91	7,94
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,23	15,12	3,36	210,35	0,66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			590	26,28	26,17	50,04	544,86	10,30
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,59	12,62	12,28	216,46	17,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,78	6,20	25,20	157,82	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			485	20,27	21,45	62,48	515,78	19,40
Всего				64,36	70,77	155,47	1 403,18	35,61