

Утверждаю

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

# МЕНЮ

16 сентября 2025 г.

## Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                        | 30       | 3,42              | 6,97    | 10,10            | 69,69                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189              | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ                | 155      | 4,20              | 5,60    | 18,70            | 142,10                                   | 0,40                  |
|                               | ТК№026           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                            | 180      | 3,20              | 1,80    | 13,60            | 77,00                                    | 1,70                  |
| Итого                         |                  |                                                          | 365      | 10,82             | 14,37   | 42,40            | 288,79                                   | 2,10                  |
| II Завтрак                    |                  |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                             | 150      | 0,75              | 0,15    | 15,15            | 64,50                                    | 3,00                  |
| Итого                         |                  |                                                          | 150      | 0,75              | 0,15    | 15,15            | 64,50                                    | 3,00                  |
| Обед                          |                  |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№011           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                            | 40       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 77               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 3,93              | 5,16    | 11,79            | 111,87                                   | 6,36                  |
| 2012                          | 34               | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                              | 50       | 10,98             | 4,80    | 4,41             | 105,84                                   | 8,04                  |
| 2012                          | 344              | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)                               | 150      | 2,40              | 6,90    | 13,40            | 125,00                                   | 3,80                  |
| 2008                          | 406              | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                         | 150      | 0,52              | 0,07    | 27,85            | 113,67                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№016           | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№012           | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 20       | 1,50              | 0,60    | 10,30            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                          | 600      | 21,33             | 17,73   | 79,35            | 565,38                                   | 19,80                 |
| Полдник                       |                  |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237              | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 80       | 14,48             | 7,45    | 13,16            | 180,54                                   | 0,16                  |
| 2008                          | 434              | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 150      | 4,40              | 3,00    | 7,30             | 74,20                                    | 0,80                  |
|                               | ТК№052           | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                          | 100      | 0,80              | 0,20    | 7,50             | 38,00                                    | 15,20                 |
| 2008                          | 467              | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                         | 55       | 3,78              | 6,20    | 25,20            | 157,82                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                          | 385      | 23,46             | 16,85   | 53,16            | 450,56                                   | 16,16                 |
| Всего                         |                  |                                                          |          | 56,36             | 49,10   | 190,06           | 1 369,23                                 | 41,06                 |

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

## МЕНЮ

16 сентября 2025 г.

### Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                                | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                                   |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                                   |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                 | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00            | 69,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189              | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                          | 205      | 6,00              | 8,00    | 27,00            | 203,00                                   | 0,50                  |
| 2008                          | 189              | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (НА<br>ВОДЕ) (аллергики)                      | 205      | 2,04              | 0,29    | 26,37            | 116,25                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№040           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                     | 180      | 2,69              | 2,23    | 10,30            | 72,61                                    | 0,50                  |
| 2012                          | 392              | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                                         | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                                   | 415      | 12,08             | 17,13   | 47,30            | 344,61                                   | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                  |                                                                   |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                      | 180      | 0,90              | 0,18    | 18,18            | 77,40                                    | 3,60                  |
| 2012                          | 392              | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                                         | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                                   | 180      | 0,90              | 0,18    | 18,18            | 77,40                                    | 3,60                  |
| Обед                          |                  |                                                                   |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                     | 50       | 0,38              | 0,00    | 1,30             | 7,00                                     | 2,00                  |
| 2012                          | 77               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ          | 200/10/5 | 4,04              | 5,34    | 12,29            | 115,73                                   | 6,66                  |
| 2012                          | 77               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>(аллергики) | 200/10/1 | 4,06              | 2,30    | 12,80            | 88,19                                    | 8,93                  |
| 2012                          | 34               | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                       | 80       | 17,92             | 7,84    | 7,20             | 172,80                                   | 12,90                 |
| 2012                          | 344              | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)                                        | 150      | 2,40              | 6,90    | 13,40            | 125,10                                   | 9,20                  |
| 2012                          | 344              | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)<br>(аллергики)                         | 150      | 1,70              | 5,10    | 10,39            | 94,71                                    | 9,43                  |
| 2008                          | 406              | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                                  | 180      | 0,62              | 0,08    | 33,09            | 135,03                                   | 0,00                  |
|                               | ТК №003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 30       | 2,04              | 0,24    | 12,72            | 61,20                                    | 0,00                  |
|                               | ТК №004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                 | 25       | 1,88              | 0,75    | 12,88            | 65,90                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                                   | 730      | 29,28             | 21,15   | 92,88            | 682,76                                   | 30,76                 |
| Полдник                       |                  |                                                                   |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237              | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                              | 100      | 18,05             | 9,18    | 16,42            | 225,42                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 333              | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергики)                                 | 150      | 2,91              | 5,43    | 23,72            | 155,64                                   | 12,00                 |
| 2008                          | 367              | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                                           | 50       | 0,92              | 2,35    | 6,63             | 39,78                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 434              | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                                  | 180      | 5,40              | 3,60    | 8,82             | 89,01                                    | 0,99                  |
| 2012                          | 392              | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                                         | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
|                               |                  | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                                   | 100      | 0,80              | 0,20    | 7,50             | 38,00                                    | 15,20                 |
|                               | ТК №<br>002      | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)                                          | 99       | 0,40              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 2,00                  |
| 2008                          | 467              | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                  | 60       | 4,53              | 7,31    | 29,66            | 135,96                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                                   | 490      | 29,70             | 22,64   | 69,03            | 528,17                                   | 16,49                 |
| Всего                         |                  |                                                                   |          | 71,96             | 61,10   | 227,39           | 1 632,94                                 | 51,85                 |