

Утверждаю

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



МЕНЮ

19 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-ти-ческая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-во-ды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | 7 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 20 | 1,09 | 0,46 | 11,59 | 44,36 | 2,06 |
| 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 | 0,39 |
| 2012 | 368 | ГРУША | 95 | 0,38 | 0,29 | 9,79 | 44,65 | 4,75 |
| Итого | | | 395 | 4,94 | 8,28 | 50,79 | 295,29 | 8,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 170 | 3,70 | 4,25 | 6,60 | 73,50 | 1,19 |
| Итого | | | 170 | 3,70 | 4,25 | 6,60 | 73,50 | 1,19 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | 11 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 30 | 1,52 | 3,89 | 1,96 | 49,20 | 0,96 |
| 2024 | 25 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,37 | 4,48 | 14,05 | 114,13 | 5,71 |
| 2024 | 12 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 160 | 9,20 | 6,86 | 14,52 | 186,28 | 15,68 |
| 2024 | 13 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,49 | 0,20 | 15,74 | 76,15 | 60,00 |
| 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 | | | 536 | 17,57 | 16,14 | 62,92 | 508,75 | 82,35 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 19 | 2,46 | 2,23 | 0,14 | 30,46 | 0,00 |
| 2024 | 14 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 160 | 9,67 | 9,28 | 12,13 | 202,65 | 15,26 |
| 2024 | 2 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,09 | 0,00 | 6,96 | 28,18 | 0,02 |
| 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 | 20 | 1,12 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,58 | 10,29 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 469 | 17,44 | 14,77 | 42,51 | 410,99 | 15,98 |
| Всего | | | | 43,65 | 43,44 | 162,82 | 1 288,53 | 107,56 |

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №92 (Октябрьская наб.122 к.б.)
Мягкова Ж.В./**МЕНЮ**
19 мая 2026 г.**Сад 12 часов**

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-ти ческая ценность, ккал | Вита-м ин С, мг |
|--------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-во ды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,29 | 2,88 | 16,02 | 93,99 | 1,76 |
| 2024 | ТК № 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 2,68 | 4,07 | 10,57 | 119,00 | 0,50 |
| 2024 | ТК № 9 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,17 | 2,48 | 13,02 | 55,25 | 0,52 |
| 2024 | ТК № 10 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60,00 |
| 2024 | ТК № 11 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 56,51 | 0,70 |
| Итого | | | 580 | 10,84 | 12,13 | 52,22 | 367,75 | 63,48 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 1,10 |
| Итого | | | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 1,10 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 50 | 0,55 | 3,08 | 1,74 | 37,91 | 13,45 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 190/10/1 | 4,15 | 4,61 | 11,42 | 103,94 | 3,75 |
| 2024 | ТК № 12 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 220 | 11,12 | 10,86 | 42,63 | 302,79 | 19,88 |
| 2024 | ТК № 13 | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,66 | 0,27 | 19,05 | 93,80 | 0,32 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 681 | 18,60 | 19,39 | 88,91 | 608,33 | 37,40 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 70 | 8,57 | 9,06 | 17,95 | 205,94 | 0,20 |
| 2012 | 126 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 150 | 3,35 | 5,72 | 19,28 | 142,34 | 8,84 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 1,62 | 0,18 | 17,10 | 72,00 | 10,80 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 16 | ПЕЧЕНЬЕ | 21 | 1,68 | 2,10 | 15,96 | 90,30 | 0,00 |
| Итого | | | 436 | 16,21 | 17,19 | 76,65 | 541,17 | 19,84 |
| Всего | | | | 48,44 | 53,71 | 230,85 | 1 608,01 | 121,82 |