Утверждаю
заведующий
ГБДОУ детский сад №88 "Исток"
_____ Ю.Л. Кострица

МЕНЮ

03 ноября 2026

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%)	130	4,08	4,99	15,38	123,40	0,40
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, какао-порошок, сахар песок)	165	1,14	0,94	6,52	39,42	0,16
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сливочное несоленое, 82,5%, повидло стерилизованное)	15	0,59	2,47	6,34	50,07	0,02
2008	пром.	БАНАНЫ (бананы свежие)	67	0,61	0,13	5,45	28,93	6,19
Итого			**377**	**6,42**	**8,53**	**33,69**	**241,82**	**6,77**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,5% (йогурт питьевой 2,5%)	79	1,47	1,67	7,26	49,99	0,64
Итого			**79**	**1,47**	**1,67**	**7,26**	**49,99**	**0,64**
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие, огурцы свежие, лук зеленый)	30	0,16	0,02	0,35	2,66	1,02
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ (вода питьевая, крупа рис шлифованный, картофель продовольственный поздний (с 01.09), морковь столовая свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, соль йодированная, лавровый лист, укроп свежий (зелень), филе трески мороженное)	180	2,55	1,98	13,89	102,00	4,44
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к (лопатка) замороженная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	45	5,88	5,25	8,78	103,71	0,11
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (картофель продовольственный поздний (с 01.09), капуста белокочанная свежая, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, мука пшеничная, сметана 15% жирности, томат- паста)	90	1,37	2,86	8,50	67,31	3,74
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	18	1,18	0,16	7,59	36,50	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	12	0,93	0,36	6,40	32,63	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- (смородина черная, сахар песок, вода питьевая)	180	0,11	0,04	7,54	31,66	8,44
Итого			**555**	**12,18**	**10,67**	**53,05**	**376,47**	**17,75**
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, крупа манная, соль йодированная, сахар песок, яйцо куриное (шт.), сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, молоко сгущенное стерилиз. 7,8% жирности)	90/25	2,84	3,46	11,90	93,16	1,99
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	19	1,39	0,54	9,56	48,72	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко детское обогащенное вит.d? пастер. 2,5% жирности)	137	3,81	3,40	6,40	70,79	0,73
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%, яйцо куриное (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные прессованные, вода питьевая, повидло стерилизованное, масло подсолнечное рафинированое)	35	1,54	2,38	15,46	75,28	0,48
Итого			**306**	**9,58**	**9,78**	**43,32**	**287,95**	**3,20**
Всего				**29,65**	**30,65**	**137,32**	**956,23**	**28,36**

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 "Исток
Краснос
Ю.Л. Кострица

МЕНЮ

03 ноября 2026

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								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%)	150	10,10	11,92	34,81	288,26	1,10
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, какао-порошок, сахар песок)	215	2,14	1,72	11,49	70,65	0,30
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, повидло стерилизованное, масло сливочное несоленое, 82,5%)	40	1,15	4,72	19,93	124,58	0,06
2008	пром.	БАНАНЫ (бананы свежие)	122	1,09	0,24	9,81	52,00	11,13
Итого			**527**	**14,48**	**18,60**	**76,04**	**535,49**	**12,59**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ ф ФРУКТОВЫЙ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жирности 0,125)	111	2,13	1,60	3,21	51,29	0,31
Итого			**111**	**2,13**	**1,60**	**3,21**	**51,29**	**0,31**
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие, огурцы свежие, лук зеленый)	60	0,44	0,06	3,16	7,20	2,08
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ (вода питьевая, крупа рис шлифованный, картофель продовольственный поздний (с 01.09), морковь столовая свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, соль йодированная, лавровый лист, петрушка свежая (зелень), филе трески мороженное)	200	3,27	2,00	19,16	132,10	4,93
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к (лопатка) замороженная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	80	11,17	10,04	14,24	169,69	0,20
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (картофель продовольственный поздний (с 01.09), капуста белокочанная свежая, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, мука пшеничная, сметана 15% жирности, томат- паста)	145	2,49	5,53	15,85	126,96	6,96
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,68	0,36	17,16	82,58	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	2,63	1,02	18,01	91,81	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- (смородина черная, сахар песок, вода питьевая)	200	0,18	0,07	10,21	43,49	14,86
Итого			**760**	**22,86**	**19,08**	**97,79**	**653,83**	**29,03**
Полдник								
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный -0, вода питьевая)	200	1,00	2,50	11,10	53,28	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ (творог 5,0% жирности, крупа манная, соль йодированная, сахар песок, яйцо куриное (шт.), сметана 15% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5%, сухари панировочные, фрукты сушеные абрикосы , вода питьевая)	160/20	29,14	18,11	52,13	496,19	0,37
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,26	0,87	15,46	78,81	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое пастер. 2,5% жирности)	204	6,02	5,20	9,98	112,26	1,12
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%, яйцо куриное (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные прессованные, вода питьевая, повидло стерилизованное, масло подсолнечное рафинированое)	55	2,71	3,46	25,95	147,72	0,82
Итого			**669**	**41,13**	**30,14**	**114,62**	**888,26**	**2,31**
Всего				**80,60**	**69,42**	**291,66**	**2 128,87**	**44,24**

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 38 "Исток" корпус 2

/О.Л. Кострица/

МЕНЮ

03 ноября 2026

ГКП сад утро

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, сухая смесь "нутринор", масло сливочное несоленое)	150	7,51	6,09	18,50	150,95	0,52
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, какао-порошок, сахар песок)	200	1,79	1,43	9,16	57,32	0,24
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, повидло стерилизованное, масло сливочное несоленое)	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	пром.	БАНАНЫ (бананы свежие)	94	0,90	0,20	8,09	42,89	9,18
Итого			479	11,19	11,79	52,93	358,56	9,99
Всего				11,19	11,79	52,93	358,56	9,99