Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 "Исток"
_____ /О.Н. Кострица/

МЕНЮ

18 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (крупа пшено, тыква свежая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	130	5,17	5,56	19,85	137,72	4,20
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	13	0,95	0,37	6,52	33,25	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный , сахар песок)	180	0,07	0,00	4,06	16,51	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвердые)	25	2,23	2,86	7,09	68,11	0,08
Итого			**348**	**8,42**	**8,79**	**37,52**	**255,59**	**4,30**
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,5% (йогурт питьевой 2,5%)	96	2,68	2,59	8,81	68,94	0,57
Итого			**96**	**2,68**	**2,59**	**8,81**	**68,94**	**0,57**
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА (горошек зеленый консервиров, масло подсолнечное рафинированое, петрушка свежая (зелень))	30	0,76	1,70	1,59	24,67	1,19
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ (вода питьевая, картофель продовольственный поздний (с 01.09), соль йодированная, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, петрушка свежая (зелень))	180	3,54	3,97	7,98	82,02	4,52
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (куриное бедро филе, крупа рис шлифованный, вода питьевая, яйцо куриное (шт.), соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%, сыр полутвердые)	60	11,60	7,48	2,33	126,14	0,31
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (картофель продовольственный поздний (с 01.09), капуста белокочанная свежая, репа свежая столовая, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, мука пшеничная, сметана 15% жирности, томат- паста)	90	1,46	4,76	8,52	84,97	3,69
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	16	1,08	0,14	6,94	33,41	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	19	1,40	0,54	9,62	49,05	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый для детского питания)	161	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**556**	**19,84**	**18,59**	**36,98**	**400,26**	**9,71**
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие, огурцы свежие, лук зеленый)	35	0,21	0,03	0,44	3,37	1,29
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, соль йодированная, макаронные изделия, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, яйцо куриное (шт.))	155	5,65	5,62	19,74	162,15	0,61
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	16	1,08	0,14	6,94	33,41	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко детское обогащенное вит.d? пастер. 2,5% жирности)	124	3,46	3,09	5,82	64,39	0,66
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные прессованные, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	35	0,82	2,75	18,22	90,44	0,00
Итого			**365**	**11,22**	**11,63**	**51,16**	**353,76**	**2,56**
Всего				**42,16**	**41,60**	**134,47**	**1 078,55**	**17,14**



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 «Исток»
О.Л. Кострица

МЕНЮ

18 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (крупа пшено, тыква свежая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	150	5,28	6,21	23,56	165,64	4,83
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	23	1,72	0,66	11,76	59,97	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный , сахар песок)	200	0,12	0,00	8,06	32,68	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвердые)	40	4,91	6,01	11,82	109,67	0,12
Итого			**413**	**12,03**	**12,88**	**55,20**	**367,96**	**4,97**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жирности 0,125)	143	2,86	2,14	4,28	68,55	1,00
Итого			**143**	**2,86**	**2,14**	**4,28**	**68,55**	**1,00**
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА (горошек зеленый консервиров, масло подсолнечное рафинированое, петрушка свежая (зелень))	55	1,70	3,60	3,57	53,43	2,57
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ (вода питьевая, картофель продовольственный поздний (с 01.09), соль йодированная, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, петрушка свежая (зелень))	200	5,34	6,68	12,34	131,05	6,94
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (куриное бедро филе, крупа рис шлифованный, вода питьевая, яйцо куриное (шт.), соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%, сыр полутвердые)	85	18,34	12,26	4,44	206,03	0,48
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (картофель продовольственный поздний (с 01.09), капуста белокочанная свежая, репа свежая столовая, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое. 82,5%, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, мука пшеничная, сметана 15% жирности, томат- паста)	135	2,41	6,12	15,22	129,24	6,79
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	28	1,84	0,24	11,78	56,67	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	44	3,33	1,29	22,79	116,18	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый для детского питания)	217	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**764**	**32,96**	**30,19**	**70,14**	**692,60**	**16,78**
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие, огурцы свежие, лук зеленый)	55	0,47	0,06	3,32	7,58	2,19
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый, масло сливочное несоленое, 82,5%, соль йодированная, макаронные изделия, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, яйцо куриное (шт.))	215	9,73	11,33	33,92	286,08	0,86
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	33	2,21	0,29	14,14	68,04	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое пастер. 2,5% жирности)	204	5,98	5,16	9,91	111,50	1,11
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные прессованные, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	45	1,95	2,13	24,61	125,33	0,00
Итого			**552**	**20,34**	**18,97**	**85,90**	**598,53**	**4,16**
Всего				**68,19**	**64,18**	**215,52**	**1 727,64**	**26,91**

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 "Исток"
_____ /О.Ч. Кострица/



МЕНЮ

18 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (крупа пшено, тыква свежая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	150	5,28	6,21	23,56	165,64	4,83
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	60	4,50	1,74	30,84	157,20	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный , сахар песок)	200	0,39	0,00	29,85	120,92	0,08
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвердые)	110	13,60	16,67	32,76	303,92	0,32
Итого			**520**	**23,77**	**24,62**	**117,01**	**747,68**	**5,23**
Всего				**23,77**	**24,62**	**117,01**	**747,68**	**5,23**