Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №88 "Исток" корпус 2

_____ /Кострица/

МЕНЮ

25 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое)	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный , сахар песок)	180	0,14	0,00	6,93	28,27	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвердые)	30	2,61	3,36	8,32	79,83	0,09
Итого			**360**	**9,25**	**9,37**	**43,28**	**281,46**	**0,99**
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША (йогурт 2,5 % в индивидуальной упаковке клубничный (от 3 лет))	112	4,05	3,38	14,06	103,50	0,90
Итого			**112**	**4,05**	**3,38**	**14,06**	**103,50**	**0,90**
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста белокачанная квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,67	2,10	3,22	34,76	6,06
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (вода питьевая, горох шлифованный, картофель продовольственный поздний (с 01.09), лук репчатый, морковь столовая свежая, масло сливочное несоленое, соль йодированная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72	2,88
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к (лопатка), морковь столовая свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная, вода питьевая, соль йодированная)	70	8,30	7,94	8,45	156,39	0,75
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное несоленое)	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (компотная смесь из сухофруктов, вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,00	0,00	6,65	26,61	0,00
Итого			**628**	**17,33**	**17,38**	**75,83**	**521,71**	**9,69**
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ (огурцы соленые)	31	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (филе трески мороженное, соль йодированная, рисовая мука, яйцо куриное (шт.), молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	60	7,13	5,03	6,62	94,75	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ (кабачки свежие, рисовая мука, масло сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная, сахар песок)	125	1,18	4,62	15,63	106,14	3,94
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ (молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, крахмал кукурузный)	150	2,08	2,87	9,15	75,34	0,74
2008	пром.	ВАФЛИ (вафли с начинкой витаминизир.)	28	0,77	0,91	21,26	97,35	0,00
Итого			**419**	**13,06**	**13,68**	**63,77**	**428,47**	**6,29**
Всего				**43,69**	**43,81**	**196,94**	**1 335,14**	**17,87**



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

МЕНЮ

25 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%)	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	19	1,46	0,56	9,99	50,91	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный , сахар песок)	200	0,12	0,00	9,12	36,95	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвердые)	30	3,62	4,44	8,72	80,88	0,09
Итого			**399**	**10,80**	**11,04**	**50,29**	**326,22**	**1,11**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жирности 0,125)	129	2,58	1,94	3,87	61,95	0,90
Итого			**129**	**2,58**	**1,94**	**3,87**	**61,95**	**0,90**
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста белокачанная квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	45	0,80	2,36	3,63	39,09	12,71
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (вода питьевая, горох шлифованный, картофель продовольственный поздний (с 01.09), лук репчатый, морковь столовая свежая, масло сливочное несоленое, 82,5%, соль йодированная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00	3,20
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к (лопатка) замороженная, морковь столовая свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная, вода питьевая, соль йодированная)	60	8,96	8,52	9,66	138,73	0,68
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	17	1,15	0,15	7,35	35,35	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	24	1,79	0,69	12,29	62,66	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (компотная смесь из сухофруктов, вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	200	0,00	0,00	7,02	28,06	0,00
Итого			**686**	**17,83**	**19,25**	**87,12**	**594,65**	**16,59**
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (огурцы соленые)	52	0,42	0,05	0,89	6,78	2,61
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (филе трески мороженное, соль йодированная, мука пшеничная, яйцо куриное (шт.), молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	60	8,53	6,16	8,25	107,47	0,12
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	21	1,37	0,18	8,76	42,15	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ (молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, крахмал кукурузный)	200	2,76	3,82	11,58	100,14	0,99
2008	пром.	ВАФЛИ (вафли с начинкой витаминизир.)	31	0,88	1,03	24,16	110,63	0,00
Итого			**364**	**13,96**	**11,24**	**53,64**	**367,17**	**3,72**
Всего				**45,17**	**43,47**	**194,92**	**1 349,99**	**22,32**

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 "Исток"
_____ /С.П. Кострица/

МЕНЮ

25 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%)	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный , сахар песок)	200	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвердые)	35	3,95	4,85	9,52	88,35	0,09
Итого			**410**	**11,53**	**11,62**	**54,71**	**351,23**	**1,11**
Всего				**11,53**	**11,62**	**54,71**	**351,23**	**1,11**