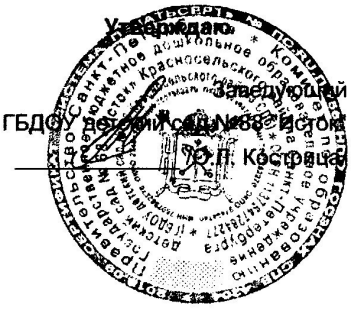


Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 Исток
_____ О.П. Кострица

МЕНЮ

26 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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйцо куриное (шт.), молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, горошек зеленый консервиров)	130/15	14,37	14,84	4,21	208,06	0,89
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток)	180	1,40	1,17	8,72	51,39	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сливочное несоленое, 82,5%, повидло стерилизованное)	20	0,94	3,91	9,42	76,63	0,02
2008	пром.	МАНДАРИН (мандарины свежие)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**345**	**16,71**	**19,92**	**22,35**	**336,08**	**1,16**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,5% (йогурт питьевой 2,5%)	110	2,05	2,33	10,16	69,93	0,90
Итого			**110**	**2,05**	**2,33**	**10,16**	**69,93**	**0,90**
Обед								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие)	39	0,23	0,03	0,49	3,78	1,46
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (вода питьевая, капуста белокочанная свежая, картофель продовольственный поздний (с 01.09), морковь столовая свежая, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, сметана 15% жирности, петрушка свежая (зелень))	180	1,33	2,30	7,74	59,08	4,00
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья замороженная, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%, сметана 15% жирности, мука пшеничная, вода питьевая, томатная паста)	60	8,81	9,00	16,08	124,59	10,55
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло сливочное несоленое, 82,5%)	110/3	1,41	3,33	18,94	113,93	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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый прямого отжима абрикос)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**612**	**14,60**	**15,42**	**62,01**	**394,57**	**16,01**
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА (горошек зеленый консервиров, масло подсолнечное рафинированое, петрушка свежая (зелень))	30	0,86	1,96	1,79	28,16	1,22
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ (капуста цветная свежая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5%, рисовая мука, соль йодированная, сухари панировочные)	130	4,06	4,89	17,69	131,56	26,67
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный , сахар песок)	180	2,07	1,71	9,73	63,01	0,39
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%, яйцо куриное (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные прессованные, вода питьевая, яблоки позд. сроков созрев., творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	45	2,96	2,33	9,09	70,11	0,91
Итого			**415**	**12,20**	**11,76**	**53,72**	**371,44**	**29,19**
Всего				**45,56**	**49,43**	**148,24**	**1 172,02**	**47,26**



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

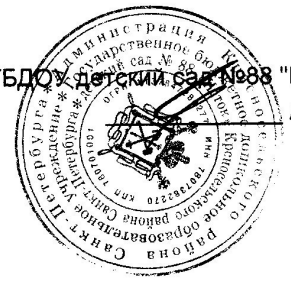
МЕНЮ

26 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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйцо куриное (шт.), молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%, горошек зеленый консервиров)	140/20	8,38	6,27	12,72	139,56	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток)	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, повидло стерилизованное, масло сливочное несоленое, 82,5%)	35	0,99	4,07	17,18	107,39	0,05
2008	пром.	МАНДАРИН (мандарины свежие)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**395**	**10,76**	**11,73**	**42,67**	**317,48**	**0,35**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жирности 0,125)	110	2,13	1,60	3,20	51,21	0,31
Итого			**110**	**2,13**	**1,60**	**3,20**	**51,21**	**0,31**
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие, огурцы свежие, лук зеленый)	50	0,41	0,05	2,94	6,70	1,94
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (вода питьевая, капуста белокочанная свежая, картофель продовольственный поздний (с 01.09), морковь столовая свежая, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, петрушка свежая (зелень), сметана 15% жирности)	200	1,58	2,71	8,70	68,08	4,60
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья замороженная, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%, сметана 15% жирности, мука пшеничная, вода питьевая, томатная паста)	80	10,56	7,54	21,17	151,78	8,71
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, соль йодированная, масло сливочное несоленое, 82,5%)	130	1,65	8,53	23,32	158,90	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,61	51,06	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый прямого отжима абрикос)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**695**	**18,11**	**19,92**	**82,16**	**515,12**	**15,25**
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА (горошек зеленый консервиров, масло подсолнечное рафинированое, петрушка свежая (зелень))	50	1,44	2,88	3,00	43,67	2,07
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ (капуста цветная свежая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, 82,5%, рисовая мука, соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	145	5,55	6,69	26,28	201,24	30,08
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,87	65,59	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ (молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный , сахар песок)	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная, сахар песок, масло сливочное несоленое, 82,5%, яйцо куриное (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные прессованные, вода питьевая, яблоки позд. сроков созрев., творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	45	3,09	2,33	9,33	71,56	0,91
Итого			**465**	**14,52**	**15,43**	**64,42**	**450,06**	**33,64**
Всего				**45,52**	**48,68**	**192,45**	**1 333,87**	**49,55**

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №88 "Исток" корпус 2
/О.Л. Кострица/

МЕНЮ

26 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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйцо куриное (шт.), молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сливочное несоленое, горошек зеленый консервиров)	140/20	8,30	6,21	12,59	138,18	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток)	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, повидло стерилизованное, масло сливочное несоленое)	35	1,04	4,27	18,04	112,77	0,05
Итого			**395**	**10,73**	**11,87**	**43,40**	**321,48**	**0,35**
Всего				**10,73**	**11,87**	**43,40**	**321,48**	**0,35**