



МЕНЮ

25 февраля 2026 г.

Группы дошкольного возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	Бутерброд с маслом	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 17	Омлет со сладким перцем	200	9,40	3,50	33,14	197,90	0,00
2012	393	Чай с лимоном	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
Итого			430	11,22	12,12	52,18	360,13	0,00
II Завтрак								
2024	ТК № 2	Йогурт 2,5 % жирности фруктовый питьевой	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	ТК № 18	Салат "Летний"	50	0,52	2,55	1,79	32,70	20,98
2012	67	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной, зеленью петрушки	180/15/5	5,21	9,03	5,75	122,58	7,13
2012	288	Фрикадельки мясные в соусе	70/25	10,75	9,18	11,24	166,42	0,48
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
2024	ТК № 19	Компот из смеси сухофруктов	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2024	ТК № 20	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	Батон обогащенный	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			705	27,40	26,79	82,72	675,17	28,59
Полдник								
2012	277	Гуляш из отварного мяса	70	8,01	11,50	8,52	195,15	0,00
2008	337	Овощи припущенные (кабачки) с маслом сливочным	135	0,96	2,48	7,34	56,33	0,00
2024	13	Напиток из плодов шиповника	150	0,49	0,20	15,74	76,15	60,00
2024	ТК № 20	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	Булочка молочная	60	5,91	2,17	33,29	174,00	0,00
Итого			435	16,69	16,53	73,37	542,42	60,00
Всего				55,31	55,44	208,27	1 577,72	88,59

Калькулятор

Егорова Э. И.



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 28
Ильичева О.И./

МЕНЮ
26 февраля 2026 г.

Группы дошкольного возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 22	Каша "Дружба"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
2024	ТК № 23	Какао с молоком	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,00
2024	ТК№ 24	Мандарин свежий	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			460	10,82	11,83	51,91	360,86	0,07
II Завтрак								
2012	400	Молоко кипяченое 2,5 % жирности	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Обед								
2024	ТК № 25	Огурец соленый	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	Свекольник с говядиной и сметаной и зеленью укропа	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	0,00
2012	289	Биточки паровые	70	10,19	10,34	7,26	164,82	0,00
2011	309	Макаронные изделия отварные	150	5,29	2,32	34,02	177,27	0,00
2012	392	Чай с вареньем	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	Батон обогащенный	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			695	21,54	20,30	89,42	620,09	2,62
Полдник								
2024	ТК № 27	Плов из птицы	200	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2008	442	Сок яблочный	180	0,90	0,18	18,18	77,40	0,00
2024	ТК № 28	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	Ватрушка с творогом	60	5,46	8,83	13,69	162,95	0,00
Итого			465	16,55	16,41	75,93	539,46	14,63
Всего				51,70	53,54	230,33	1 611,17	17,32

Калькулятор  Егорова Э. И.

МЕНЮ

27 февраля 2026 г.

Группы дошкольного возраста



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 30	Каша пшеничная молочная жидкая	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,00
2024	ТК № 31	Чай с сахаром	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			460	10,20	11,60	52,42	360,00	5,79
II Завтрак								
2024	ТК № 33	Кефир 2,5 % жирности	200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Итого			200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Обед								
2024	ТК № 34	Перец сладкий (порционно)	50	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	Рассольник с говядиной и сметаной и зеленью петрушки	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	ТК № 35	Котлета рубленая из говядины	70	8,33	6,58	18,63	118,34	0,00
2011	142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,28	9,98	23,12	196,22	0,00
2024	ТК № 36	Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	Батон обогащенный	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			710	18,64	20,78	91,76	622,85	44,77
Полдник								
2008	309	Рагу из птицы	200	3,29	7,24	22,72	168,79	9,61
2012	393	Чай с лимоном	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2024	ТК № 28	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	Сдоба обыкновенная	60	5,17	4,19	45,06	182,59	0,00
Итого			485	10,32	11,66	86,60	437,28	9,61
Всего				42,09	49,04	244,27	1 511,02	60,17

Калькулятор

Егорова Э. И.



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 28

Ильичева О.И./

МЕНЮ

2 марта 2026 г.

Группы дошкольного возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 38	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2024	ТК № 9	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК № 10	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			480	10,84	12,10	52,93	359,80	60,87
II Завтрак								
2012	400	Молоко кипяченое 2,5 % жирности	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Обед								
2011	20	Салат из свежих огурцов	50	0,39	1,05	1,21	15,78	0,00
2024	ТК № 39	Суп картофельный с горохом и гренками, зеленью петрушки	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	0,00
2012	34	Пудинг из печени с морковью	80	8,85	9,50	7,83	186,30	0,00
2012	331	Кабачки, припущенные с молочным соусом	130	1,42	2,49	7,98	60,63	7,23
2024	ТК № 40	Компот из изюма	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	Батон обогащенный	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			720	18,04	20,43	90,52	630,80	7,23
Полдник								
2024	ТК № 41	Котлета рыбная	70	8,96	4,10	19,27	120,62	0,00
2012	318	Картофель отварной	140	2,73	2,14	4,19	118,73	0,00
2008	442	Сок яблочный	180	0,00	0,00	18,00	72,00	0,00
2024	ТК № 28	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	Батон обогащенный	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	Пряники	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			470	17,00	17,60	77,01	537,64	0,00
Всего				48,67	55,13	233,53	1 619,00	68,10

Калькулятор

Егорова Э. И.

**МЕНЮ**

25 февраля 2026 г.

Группы раннего возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	42	Омлет с морковью	130	6,56	10,31	13,34	187,80	0,00
2024	40	Чай с вареньем	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2024	48	Апельсин	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			402	8,27	10,67	38,26	287,11	57,00
II Завтрак								
2024	20	Йогурт 2,5 % жирности фруктовый питьевой	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	20	Салат из свежих огурцов	40	0,30	2,44	0,95	26,90	3,80
2024	26	Щи из свежей капусты с картофелем, с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	0,00
2012	288/356	Фрикадельки мясные в соусе	50/20	6,75	6,24	7,45	109,00	0,00
2024	47	Каша гречневая вязкая	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	Компот из изюма	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	46	Батон обогащенный	25	1,73	0,73	12,88	65,63	0,00
Итого			575	16,19	17,24	70,79	497,15	3,80
Полдник								
2012	269	Пудинг рыбный запеченный	60	11,72	6,29	15,86	168,14	0,24
2008	335	Пюре картофельное	110	2,35	3,71	15,20	103,31	3,25
2008	442	Сок яблочный	150	0,73	0,15	14,70	62,57	1,20
2008	451	Пирожок печеный с капустой	40	1,29	2,40	19,00	97,36	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			375	16,78	12,68	71,12	461,97	4,69
Всего				41,24	40,59	180,17	1 246,23	65,49

Калькулятор

Егорова Э. И.



МЕНЮ

26 февраля 2026 г.

Группы раннего возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	59	Бутерброд с сыром	20	1,84	1,87	7,48	42,80	0,00
2024	27	Каша "Дружба"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2024	23	Чай с молоком	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,00
2024	34	Йогурт в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
Итого			400	9,86	12,25	44,59	289,36	1,50
II Завтрак								
2008	442	Сок фруктовый абрикосовый	150	0,73	0,14	18,41	71,71	2,98
Итого			150	0,73	0,14	18,41	71,71	2,98
Обед								
2024	21	Огурец соленый порционный	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной, зеленью петрушки	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	0,00
2024	60	Рагу из птицы	160	5,71	6,12	10,75	214,07	0,00
2024	52	Кисель из кураги	150	0,77	0,05	18,45	77,85	0,00
2024	46	Батон обогащенный	25	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	12,25	12,32	56,92	481,21	2,00
Полдник								
2024	56	Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2012	289	Биточки паровые	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,00
2011	205	Макароны отварные с овощами	110	3,21	6,55	19,72	111,00	0,00
2024	16	Чай с лимоном	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	Ватрушка с творогом	50	3,71	3,25	21,89	125,60	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			426	14,97	17,69	62,79	417,89	8,16
Всего				37,81	42,40	182,71	1 260,17	14,64

Калькулятор

Егорова Э. И.

**МЕНЮ**

27 февраля 2026 г.

Группы раннего возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	7	Бутерброд с джемом	20	1,06	0,45	11,25	43,07	0,00
2024	45	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,00
2024	40	Чай с вареньем	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	Банан	95	1,43	0,48	15,95	80,20	0,00
Итого			407	6,15	6,81	60,36	294,18	0,00
II Завтрак								
2008	435	Кефир 2,5 % жирности	170	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Итого			170	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Обед								
2024	29	Сельдь, салат из свеклы с маслом растительным	20/20	3,80	3,74	2,34	57,42	1,10
2012	83	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/20	6,23	5,98	13,05	128,89	3,60
2012	282	Котлеты рубленые	50	5,58	9,14	9,18	114,00	0,00
2012	333	Кабачки в молочном соусе	110	1,28	2,16	7,16	53,73	6,65
2024	22	Кисель из яблок	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	17	Батон обогащенный	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	18,97	21,81	61,39	490,61	12,18
Полдник								
2024	58	Перец сладкий	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	Зразы рыбные с яйцами	50	4,69	5,07	11,10	110,19	0,00
2011	127	Картофель в молоке	110	2,05	3,60	10,69	101,14	0,00
2008	442	Сок фруктовый персиковый	150	0,45	0,15	14,30	60,00	0,00
2008	477	Булочка молочная	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			410	10,25	9,76	57,30	425,01	40,00
Всего				39,07	42,63	185,65	1 283,30	52,18

Калькулятор

Егорова Э. И.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 28
Ильичева О.И./



МЕНЮ
2 марта 2026 г.

Группы раннего возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	59	Бутерброд с сыром	20	1,84	1,87	7,48	42,80	0,00
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	0,00
2024	48	Апельсин	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			395	6,17	9,59	44,59	289,93	57,84
II Завтрак								
2024	20	Йогурт 2,5 % жирности фруктовый питьевой	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	20	Салат из соленых огурцов с луком зеленым	40	0,34	2,04	0,74	23,39	3,42
2024	36	Суп картофельный с горохом и гренками, зеленью петрушки	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	0,00
2012	34	Пудинг из печени с морковью	60	8,10	6,54	6,10	132,00	0,00
2012	344	Рагу овощное	110	2,98	4,81	13,09	106,43	16,69
2024	37	Компот из свежих груш	150	0,09	0,07	9,03	30,35	0,00
2024	10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	5	Батон обогащенный	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			566	17,33	17,03	72,03	503,06	20,11
Полдник								
2024	43	Помидор свежий	40	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	33	Плов из птицы	160	7,83	8,20	28,06	216,00	0,00
2024	2	Чай с сахаром	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	39	Пряники	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
2024	34	Йогурт в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
2024	4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			490	13,26	11,89	74,51	410,28	10,02
Всего				36,76	38,51	191,13	1 203,27	87,97

Калькулятор

Егорова Э. И.