Утверждаю

Заведующи
ГБДОУ детский сад № 2
_____ /Ильичева О. И

МЕНЮ

27 ноября 2026 г.

Группы раннего возраста

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	2,00
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130	5,60	12,70	15,01	218,97	1,05
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2024	48	БАНАН	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50
Итого			**395**	**10,23**	**15,80**	**57,72**	**413,58**	**13,08**
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИР. ПИТЬЕВОЙ	180	4,74	4,50	8,12	73,00	1,26
Итого			**180**	**4,74**	**4,50**	**8,12**	**73,00**	**1,26**
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	4,23	5,24	9,01	98,64	2,60
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	11,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15	60,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			**615**	**19,22**	**17,54**	**77,29**	**573,32**	**83,40**
Полдник								
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	4,47	5,38	31,57	161,30	0,03
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,63	0,04	11,83	50,71	0,20
Итого			**320**	**6,22**	**5,60**	**51,88**	**252,80**	**0,23**
Всего				**40,41**	**43,44**	**195,01**	**1 312,70**	**97,97**

Калькулятор _____ Егорова Э. И.

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 ноября 2026 г.

Группы дошкольного возраста

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,59	0,68	16,88	64,61	3,00
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	8,93	19,54	23,10	337,00	1,62
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,85	2,89	15,34	80,44	0,71
2024	48	БАНАН	90	1,35	0,45	18,90	86,40	9,00
Итого			**520**	**14,72**	**23,56**	**74,22**	**568,45**	**14,33**
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИР. 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								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	4,97	6,20	10,61	116,56	3,07
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	12,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,65	0,27	20,99	101,53	80,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,87	15,44	78,60	0,00
Итого			**700**	**21,52**	**18,82**	**87,17**	**632,62**	**103,87**
Полдник								
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	4,98	5,73	33,65	171,91	0,04
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,84	0,06	15,78	67,62	0,27
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,87	15,44	78,60	0,00
Итого			**410**	**8,89**	**6,84**	**73,35**	**358,92**	**0,31**
Всего				**45,13**	**49,22**	**234,74**	**1 559,99**	**118,51**

Калькулятор _____ Егорова Э. И.