ГБДОУ детский сад № 28

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	1,97	5,72	20,29	146,02	0,40
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3,20	2,50	11,00	80,00	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
Итого			**400**	**7,63**	**10,49**	**54,37**	**329,48**	**2,79**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	15,00	60,00	0,00
Итого			**150**	**0,00**	**0,00**	**15,00**	**60,00**	**0,00**
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40	2,58	2,74	4,43	52,70	2,24
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	7,42
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,80	6,30	22,42	140,29	0,43
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,58	5,62	12,13	109,06	11,05
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			**575**	**16,19**	**18,07**	**74,76**	**521,91**	**22,00**
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,25
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00	0,98
2024	39	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
Итого			**330**	**16,82**	**18,97**	**55,43**	**446,30**	**1,23**
Всего				**40,64**	**47,53**	**199,56**	**1 357,69**	**26,02**

Калькулятор _____ Егорова Э. И.

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,39	6,60	23,42	168,55	0,46
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3,20	2,50	11,00	80,00	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,87	2,43	15,77	80,51	0,52
Итого			**480**	**9,05**	**12,21**	**67,07**	**393,67**	**3,98**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	15,00	60,00	0,00
Итого			**150**	**0,00**	**0,00**	**15,00**	**60,00**	**0,00**
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87	2,80
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	170/30/1	7,76	3,19	18,04	131,61	3,98
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	8,12	8,82	31,39	196,43	0,60
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,81	6,17	13,23	119,42	11,96
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,12	0,12	13,06	54,39	1,15
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,51	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,06	0,88	15,42	78,60	0,00
Итого			**711**	**25,61**	**22,86**	**109,40**	**707,51**	**20,49**
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	18,09	18,62	29,96	382,28	0,35
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,87	5,10	9,78	110,00	1,09
2024	39	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	37,50	106,95	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			**425**	**23,76**	**25,57**	**84,95**	**638,53**	**1,44**
Всего				**58,42**	**60,64**	**276,42**	**1 799,71**	**25,91**

Калькулятор _____ Егорова Э. И.