

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад 68

Литова С.Д./

МЕНЮ

16 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

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								
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,52	2,37	19,74	117,97	0,95
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,80	5,75	9,75	103,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ аллергики	155	3,88	6,20	23,15	164,40	1,03
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ аллергики	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) аллергики	30	6,90	8,90	0,00	109,00	0,00
Итого			866	22,37	27,25	83,75	676,61	12,28
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУШАтип5	110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Итого			110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	1,01	2,80	3,59	22,51	1,33
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,68	5,05	15,51	138,84	1,00
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	8,05	5,78	10,48	129,40	0,42
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130	1,25	5,88	18,21	126,40	4,16
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,98	0,00	21,41	88,28	3,20
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ аллергики	150/15	5,34	4,83	12,14	113,44	0,36
Итого			870	26,22	25,43	107,36	748,46	10,47
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,56	2,49	10,55	47,20	1,60
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9,33	5,06	8,30	144,01	0,04
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,83	6,85	20,52	143,08	3,92
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,83	27,32	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	30	1,31	2,85	20,37	121,35	0,00
Итого			540	17,02	17,51	79,29	544,15	5,56
Всего				68,53	73,19	283,46	2 059,20	30,21

Медицинская сестра

Повар

Мухина А.О

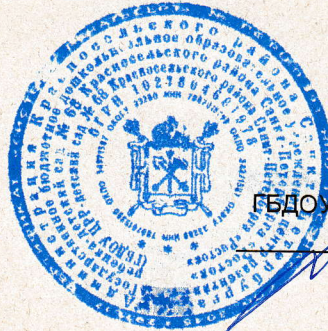
Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад 68
/Титова С.Д./

Сад 12 часов

Медицинская сестра

Повар

Мухина А,О



Утверждаю

 Заведующий
 ГБДОУ ЦРР детский сад 68
 /Титова С.Д./

МЕНЮ

18 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

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								
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,28	6,21	23,56	165,64	4,83
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,97	36,42	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,56	6,69	28,27	204,57	2,08
Итого			555	18,73	18,69	81,32	554,03	7,04
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУШАтип5	110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Итого			110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	2,94	3,04	44,32	2,23
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,16	4,19	16,21	119,69	6,19
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,00	4,18	18,66	148,98	20,45
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,25	5,24	13,41	113,34	4,47
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ аллергии	250/15	6,47	5,59	20,19	157,16	0,60
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)аллергии	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
Итого			1030	40,02	36,16	128,48	907,58	37,54
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	200	9,10	10,59	31,71	267,47	0,80
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,98	0,98
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,86	2,03	23,43	119,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ аллергии	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			691	18,67	17,51	87,91	587,44	3,66
Всего				80,34	75,36	310,77	2 139,03	50,14

Медицинская сестра

Повар

Мухина А,О

Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад 68
/Титова С.Д./

Сад 12 часов

Повар

Мушина А.О

~~Заведующий~~

/Титова С.Д./

Сад 12 часов

Медицинская сестра

Повар

Мушина А.О