

Утверждаю

ГБДОУ №69 Красносельского района
Чепикова Э.А.

МЕНЮ

22 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,41	5,40	18,23	139,76	0,56
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34	4,01	6,98	10,02	119,63	0,08
Итого			344	8,54	12,38	34,30	284,06	0,66
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	114	3,20	3,09	10,51	82,29	0,69
Итого			114	3,20	3,09	10,51	82,29	0,69
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	3,06	3,23	39,55	0,91
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,18	6,14	9,42	113,75	4,67
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	158/15	14,05	19,16	19,13	309,21	8,56
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,34	0,18	8,60	41,38	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,84	0,71	12,63	64,38	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	14,20	46,00	12,00
Итого			618	23,67	29,53	67,21	614,27	26,14
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	5,08	2,92	5,49	89,63	1,20
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	97	1,35	4,11	9,77	81,76	6,95
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,34	0,18	8,60	41,38	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,19	3,74	7,03	77,82	0,80
2012	479	-ЯБЛОКО	110	4,15	1,99	25,85	137,87	0,09
Итого			372	16,11	12,94	56,74	428,46	9,04
Всего				51,52	57,94	168,76	1 409,08	36,53

Утверждаю

ГБДОУ №69 Красносельского района
Чепикова Э.А/

МЕНЮ

22 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-вод ы, г		
Завтрак								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,37	7,30	25,31	193,31	0,78
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,10	0,43	7,55	38,49	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,54	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,86	4,75	11,07	107,34	0,10
Итого			400	12,47	12,48	52,93	375,68	0,91
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	48	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	2,00	4,81	3,50	65,57	1,68
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,29	6,07	10,07	116,30	4,98
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	197/15	17,54	19,49	23,83	344,90	10,68
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,69	0,22	10,79	51,93	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,83	0,71	12,53	63,89	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
Итого			711	29,12	31,61	76,48	726,95	30,66
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	7,77	5,36	10,47	122,55	1,60
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	138	2,52	3,33	18,24	113,14	8,45
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,03	0,27	12,98	62,44	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,28	4,55	8,74	98,31	0,98
2012	479	-ЯБЛОКО	95	4,25	1,86	26,37	139,14	0,09
Итого			473	21,85	15,37	76,80	535,58	11,12
Всего				66,94	62,59	211,85	1 708,85	43,57