

Утверждаю

Зам. Директора по УВР
ГБОУ Детский сад № 246
/Е.А. Курсиш/**МЕНЮ**
12 марта 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,90	3,60	10,49	90,58	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	97	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			457	10,90	11,90	52,12	362,64	39,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
Итого			200	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	185/8/12	3,24	7,09	24,39	166,79	5,68
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,19	10,34	7,26	164,82	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	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	16	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			701	19,22	20,83	90,98	632,98	8,38
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,70	7,32	34,13	253,08	14,92
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	181	0,53	0,00	29,03	119,60	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	5,41	8,74	13,55	161,32	0,04
Итого			466	16,30	16,28	87,31	584,99	14,96
Всего				49,18	53,96	243,35	1 670,46	63,76

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	1,89	1,93	7,70	44,07	0,04
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	0,53
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,70
Итого			400	9,91	12,31	44,81	290,63	2,77
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
Итого			154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
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	6,01
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	5,62	6,02	10,58	210,73	8,02
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,78	0,05	18,63	78,63	0,24
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	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			557	12,17	12,22	56,93	478,65	16,27
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	27	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,07
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,21	6,55	19,72	111,00	1,59
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	125,59	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			423	14,97	17,69	62,79	417,88	9,86
Всего				37,82	42,22	184,07	1 271,78	35,05