

Утверждаю

Зам. Директора по УВР

ГБОУ Детский сад № 246

Е.А.Курсиш/

**МЕНЮ****22 сентября 2025 г.****Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                    | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                       |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                    | 30     | 1,40              | 2,10    | 15,80            | 68,00                                    | 1,80                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                   | 205    | 7,20              | 8,30    | 35,00            | 226,40                                   | 0,50                  |
|                               | ТК№028              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 180    | 2,80              | 2,40    | 12,70            | 84,00                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                       | 415    | 11,40             | 12,80   | 63,50            | 378,40                                   | 2,80                  |
| II Завтрак                    |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                        | 180    | 0,75              | 0,10    | 23,85            | 99,67                                    | 7,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 180    | 0,75              | 0,10    | 23,85            | 99,67                                    | 7,00                  |
| Обед                          |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 50     | 0,40              | 0,00    | 1,30             | 7,00                                     | 2,00                  |
| 2012                          | 81                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10 | 3,60              | 4,50    | 20,00            | 147,00                                   | 3,10                  |
| 2012                          | 263                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ           | 80     | 8,59              | 16,26   | 7,98             | 162,91                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 338                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                | 130    | 1,84              | 0,10    | 8,50             | 75,20                                    | 8,50                  |
|                               | ТК№042              | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                       | 180    | 0,12              | 0,12    | 22,47            | 104,35                                   | 1,09                  |
|                               | ТК №003             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 26     | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК №004             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 25     | 1,88              | 0,75    | 12,90            | 66,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 701    | 18,13             | 21,93   | 83,75            | 613,46                                   | 14,89                 |
| Полдник                       |                     |                                       |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 282                 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)   | 70     | 12,50             | 12,60   | 10,20            | 104,00                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 125                 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ          | 150    | 2,90              | 2,50    | 19,60            | 99,30                                    | 9,20                  |
|                               | ТК №003             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 16     | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                    | 50     | 3,80              | 7,10    | 24,80            | 103,00                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№022              | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ            | 180    | 0,60              | 0,24    | 22,00            | 93,00                                    | 72,00                 |
|                               | ТК№005              | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.                    | 100    | 2,80              | 2,50    | 4,50             | 56,50                                    | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                       | 566    | 24,30             | 25,14   | 91,70            | 506,80                                   | 81,50                 |
| Всего                         |                     |                                       |        | 54,58             | 59,97   | 262,80           | 1 598,33                                 | 106,19                |

Зам. Директора  
ГБОУ Детский сад  
№ 246  
г. А.М.

22 сентября 2025 г.

## Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход      | Химический состав |              |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|------------|-------------------|--------------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                     |                                           |            |                   |              |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                        | 30         | 1,41              | 2,12         | 15,96            | 68,68                                    | 1,82                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155        | 3,42              | 4,70         | 13,70            | 142,00                                   | 0,40                  |
|                               |                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                | 180        | 2,80              | 2,40         | 12,70            | 84,00                                    | 0,50                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                           | <b>365</b> | <b>7,63</b>       | <b>9,22</b>  | <b>42,36</b>     | <b>294,68</b>                            | <b>2,72</b>           |
| <b>II Завтрак</b>             |                     |                                           |            |                   |              |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                            | 150        | 0,45              | 0,00         | 24,75            | 102,00                                   | 9,00                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                           | <b>150</b> | <b>0,45</b>       | <b>0,00</b>  | <b>24,75</b>     | <b>102,00</b>                            | <b>9,00</b>           |
| <b>Обед</b>                   |                     |                                           |            |                   |              |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                             | 40         | 0,30              | 0,00         | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 81                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И ГРЕНКАМИ  | 150/10     | 2,70              | 3,40         | 15,00            | 125,10                                   | 2,80                  |
| 2012                          | 263                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ            | 60         | 6,34              | 11,98        | 5,84             | 119,79                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 338                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                    | 120        | 1,70              | 0,10         | 7,80             | 69,40                                    | 7,90                  |
|                               |                     | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                           | 150        | 0,10              | 0,10         | 18,71            | 86,92                                    | 0,89                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 16         | 1,00              | 0,12         | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
|                               |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 15         | 1,10              | 0,50         | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                           | <b>561</b> | <b>13,24</b>      | <b>16,20</b> | <b>62,45</b>     | <b>477,11</b>                            | <b>13,39</b>          |
| <b>Полдник</b>                |                     |                                           |            |                   |              |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 282                 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ<br>ГОВЯДИНЫ           | 60         | 8,93              | 6,74         | 8,97             | 205,10                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 322                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ           | 120        | 2,32              | 3,92         | 15,60            | 107,40                                   | 7,20                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 16         | 1,00              | 0,12         | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
|                               |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 15         | 1,10              | 0,50         | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 150/5      | 0,00              | 0,00         | 7,00             | 28,00                                    | 0,80                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                           | <b>366</b> | <b>13,35</b>      | <b>11,28</b> | <b>45,67</b>     | <b>410,80</b>                            | <b>8,00</b>           |
| <b>Всего</b>                  |                     |                                           |            | <b>34,67</b>      | <b>36,70</b> | <b>175,23</b>    | <b>1 284,59</b>                          | <b>33,11</b>          |