

Утверждаю

Зам. Директора по УВР  
ГБОУ Детский сад № 246  
/Е.А. Курсиш/

# МЕНЮ

2 марта 2026 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                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                             | 30     | 3,74              | 3,46    | 10,07            | 87,02                                    | 0,07                  |
| 2024                          | ТК № 38             | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ                     | 150    | 2,95              | 5,89    | 21,53            | 172,75                                   | 0,80                  |
| 2024                          | ТК № 9              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                    | 200    | 3,17              | 2,48    | 13,02            | 55,25                                    | 0,52                  |
| 2024                          | ТК № 10             | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ                                               | 100    | 0,90              | 0,20    | 8,10             | 43,00                                    | 60,00                 |
| Итого                         |                     |                                                               | 480    | 10,76             | 12,03   | 52,72            | 358,02                                   | 61,39                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 %<br>ЖИРНОСТИ                            | 199    | 2,76              | 4,95    | 12,94            | 89,85                                    | 1,09                  |
| Итого                         |                     |                                                               | 199    | 2,76              | 4,95    | 12,94            | 89,85                                    | 1,09                  |
| Обед                          |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                       | 50     | 0,39              | 1,06    | 1,22             | 15,94                                    | 5,00                  |
| 2024                          | ТК № 39             | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ | 180/20 | 2,83              | 6,19    | 29,65            | 163,05                                   | 2,67                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                   | 80     | 8,94              | 9,60    | 7,91             | 188,16                                   | 13,39                 |
| 2012                          | 331                 | КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ                     | 135    | 1,45              | 2,54    | 8,14             | 61,84                                    | 7,37                  |
| 2024                          | ТК № 40             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                               | 200    | 0,31              | 0,07    | 15,71            | 65,25                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 37             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 31     | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 30     | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                               | 726    | 18,16             | 20,59   | 90,77            | 634,03                                   | 28,43                 |
| Полдник                       |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 41             | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                                                | 70     | 9,14              | 4,18    | 19,66            | 123,03                                   | 0,18                  |
| 2012                          | 318                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                            | 140    | 2,73              | 2,14    | 4,19             | 118,73                                   | 11,20                 |
| 2024                          | ТК № 59             | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                | 182    | 0,55              | 0,00    | 30,09            | 124,00                                   | 10,94                 |
| 2024                          | ТК № 28             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 26     | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 5              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 25     | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 42             | ПРЯНИКИ                                                       | 29     | 1,77              | 10,41   | 12,10            | 109,80                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                               | 472    | 17,73             | 17,68   | 89,49            | 592,05                                   | 22,32                 |
| Всего                         |                     |                                                               |        | 49,41             | 55,25   | 245,92           | 1 673,95                                 | 113,23                |

Утверждаю

Зам. Директора по УВР  
ГБОУ Детский сад № 246  
/Е.А.Куриш/**МЕНЮ**  
2 марта 2026 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 |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 59                  | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                         | 20       | 1,82              | 1,85    | 7,40             | 42,36                                    | 0,04                  |
| 2024                          | 8                   | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ      | 130      | 2,07              | 5,71    | 17,58            | 145,89                                   | 0,84                  |
| 2024                          | 9                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                | 150      | 1,40              | 1,82    | 11,83            | 60,39                                    | 0,39                  |
| 2024                          | 48                  | АПЕЛЬСИН                                                  | 95       | 0,86              | 0,19    | 7,70             | 40,85                                    | 57,00                 |
| Итого                         |                     |                                                           | 395      | 6,15              | 9,57    | 44,51            | 289,49                                   | 58,27                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 20                  | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ<br>ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ               | 181      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 1,26                  |
| Итого                         |                     |                                                           | 181      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 1,26                  |
| Обед                          |                     |                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С<br>ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ              | 40       | 0,35              | 2,08    | 0,75             | 23,86                                    | 3,49                  |
| 2024                          | 36                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/25/1 | 4,10              | 3,00    | 29,00            | 141,00                                   | 3,55                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                               | 60       | 8,18              | 6,61    | 6,16             | 133,32                                   | 10,51                 |
| 2012                          | 344                 | РАГУ ОВОЩНОЕ                                              | 115      | 2,23              | 5,72    | 10,85            | 113,05                                   | 7,55                  |
| 2024                          | 37                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                     | 150      | 0,09              | 0,07    | 9,03             | 30,35                                    | 0,45                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                       | 16       | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 15       | 1,03              | 0,44    | 7,71             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                           | 572      | 16,67             | 18,05   | 69,86            | 511,47                                   | 25,55                 |
| Полдник                       |                     |                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 43                  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                            | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52             | 9,60                                     | 10,00                 |
| 2024                          | 33                  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                             | 160      | 7,91              | 8,28    | 28,34            | 218,16                                   | 1,61                  |
| 2024                          | 2                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                             | 150      | 0,09              | 0,00    | 6,96             | 28,18                                    | 0,02                  |
| 2024                          | 39                  | ПРЯНИКИ                                                   | 20       | 1,18              | 0,94    | 25,00            | 71,30                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 34                  | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ        | 101      | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 44,52                                    | 0,70                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                       | 20       | 0,92              | 0,17    | 8,46             | 40,68                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                           | 491      | 13,34             | 11,97   | 74,79            | 412,44                                   | 12,33                 |
| Всего                         |                     |                                                           |          | 39,26             | 44,09   | 197,26           | 1 286,40                                 | 97,41                 |