



Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №1  
Мартынюк А.В./

**МЕНЮ**

20 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,42	3,17	17,62	103,38	1,94
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	110	3,07	2,75	4,95	62,05	0,77
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>11,20</b>	<b>12,55</b>	<b>54,94</b>	<b>382,08</b>	<b>3,78</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	198	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
<b>Итого</b>			<b>198</b>	<b>2,76</b>	<b>4,95</b>	<b>12,94</b>	<b>89,85</b>	<b>1,09</b>
<b>Обед</b>								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,44	0,06	1,38	7,70	5,50
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85	6,09
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	17,62	17,67	33,51	363,47	15,93
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,34	0,31	14,97	72,02	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,60	0,62	10,98	55,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>696</b>	<b>24,23</b>	<b>26,52</b>	<b>92,03</b>	<b>694,95</b>	<b>27,52</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	75	6,43	3,79	16,99	140,36	0,64
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	135	2,20	7,39	11,31	121,52	10,19
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,50	6,59	22,16	163,90	6,35
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,73	0,36	17,47	84,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>16,62</b>	<b>18,18</b>	<b>82,13</b>	<b>570,66</b>	<b>17,42</b>
<b>Всего</b>				<b>54,81</b>	<b>62,20</b>	<b>242,04</b>	<b>1 737,54</b>	<b>49,81</b>