Утверждаю

Врио заведующего
ГБДОУ д/с №14
_____ /О.М. Евсеева/

МЕНЮ

30 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ (аллергики)	155	3,38	4,39	22,70	143,63	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			**378**	**8,40**	**10,30**	**41,82**	**287,30**	**1,50**
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			**150**	**0,60**	**0,60**	**14,80**	**66,30**	**6,00**
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,09	4,53	7,81	88,40	3,36
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,60	4,80	2,50	91,50	0,30
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	8,93	6,74	8,97	205,10	0,00
012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,36	4,07	15,48	108,37	7,20
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			**570**	**13,55**	**14,12**	**60,29**	**444,47**	**12,46**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,14	19,80	26,59	353,08	1,13
2011	244	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	160	12,29	13,44	32,29	299,16	0,43
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,59	3,74	25,88	163,66	0,07
Итого			**380**	**24,73**	**23,66**	**65,87**	**575,74**	**2,00**
Всего				**47,28**	**48,68**	**182,78**	**1 373,81**	**21,96**

Шеф повар (зав. производством) _____ В.А. Новикова

Утверждаю

Врио заведующего
ГБДОУ д/с №14
_____ /О.М. Евсеева/

МЕНЮ

30 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ НА ВОДЕ (аллергики)	205	4,49	4,51	30,26	179,41	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			**428**	**10,56**	**12,40**	**50,52**	**360,40**	**1,60**
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			**150**	**0,60**	**0,60**	**14,80**	**66,30**	**6,00**
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,10	4,58	7,57	87,85	3,19
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	80	11,91	8,99	11,96	273,47	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	4,89	19,45	134,25	9,05
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			**725**	**16,86**	**16,79**	**75,70**	**553,84**	**14,54**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,39	26,03	33,19	452,36	1,41
2011	244	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200	15,36	16,85	40,41	374,61	0,54
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,47	2,53	17,25	109,89	0,05
Итого			**455**	**27,56**	**28,76**	**61,04**	**613,25**	**1,46**
Всего				**55,58**	**58,55**	**202,06**	**1 593,79**	**23,60**

Шеф повар (зав. производством) _____ В.А. Новикова