*ГБОУ Детский сад № 246*

**Утверждаю**

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

# МЕНЮ

**6 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 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,24 | 2,76 | 15,38 | 90,23 | 1,69 |
| 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 | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 49,52 | 0,70 |
| **Итого** | | | **480** | **10,75** | **11,89** | **52,26** | **356,40** | **3,46** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 201 | 2,82 | 5,05 | 13,20 | 91,67 | 1,11 |
| **Итого** | | | **201** | **2,82** | **5,05** | **13,20** | **91,67** | **1,11** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 62 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,26 | 7,07 | 5,05 |
| 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 | 200 | 12,54 | 11,25 | 30,40 | 288,14 | 15,80 |
| 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 | 29 | 1,91 | 0,25 | 12,21 | 58,74 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 21 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,23 | 0,86 | 15,27 | 77,81 | 0,00 |
| **Итого** | | | **689** | **19,31** | **20,27** | **90,33** | **627,55** | **26,94** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 63 | РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ | 70 | 6,07 | 3,58 | 16,04 | 132,49 | 0,61 |
| 2024 | ТК № 64 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) | 130 | 2,65 | 8,44 | 16,86 | 154,52 | 10,78 |
| 2024 | ТК № 65 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,76 | 0,05 | 14,20 | 60,85 | 0,24 |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 60 | 4,41 | 6,46 | 21,73 | 160,72 | 6,23 |
| 2024 | ТК № 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 34 | 2,23 | 0,30 | 14,25 | 68,53 | 0,00 |
| **Итого** | | | **474** | **16,12** | **18,83** | **83,08** | **577,11** | **17,86** |
| **Всего** | | | | **49,00** | **56,04** | **238,87** | **1 652,73** | **49,37** |

*ГБОУ Детский сад № 246*

**Утверждаю**

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

# МЕНЮ

**6 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** | | | | | | | | |
| 2024 | 7 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 20 | 1,07 | 0,45 | 11,36 | 43,49 | 2,02 |
| 2024 | 51 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 130 | 4,33 | 4,99 | 29,26 | 149,52 | 0,03 |
| 2024 | 23 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,14 | 2,17 | 11,51 | 60,34 | 0,53 |
| 2024 | 48 | АПЕЛЬСИН | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 57,00 |
| **Итого** | | | **395** | **8,40** | **7,80** | **59,83** | **294,20** | **59,58** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2024 | 20 | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ 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 | 59 | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ | 40 | 2,28 | 4,19 | 2,93 | 57,26 | 1,47 |
| 2024 | 30 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/15/5 | 3,90 | 4,60 | 9,51 | 112,06 | 5,31 |
| 2012 | 122 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) | 50 | 5,78 | 4,10 | 4,35 | 101,00 | 0,07 |
| 2012 | 320 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 120 | 2,91 | 2,26 | 6,13 | 56,88 | 26,47 |
| 2024 | 31 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,38 | 0,09 | 13,18 | 51,56 | 0,00 |
| 2024 | 41 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 24 | 1,21 | 0,21 | 10,17 | 48,92 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,27 | 0,57 | 10,08 | 51,35 | 0,00 |
| **Итого** | | | **574** | **17,73** | **16,02** | **56,35** | **479,03** | **33,32** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2024 | 38 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,01 | 5,65 | 4,03 |
| 2012 | 219 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 130 | 6,03 | 13,21 | 15,61 | 227,83 | 1,09 |
| 2024 | 40 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/12 | 0,16 | 0,04 | 10,86 | 27,87 | 0,16 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 40 | 1,94 | 1,73 | 20,60 | 116,21 | 0,06 |
| 2024 | 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 19 | 1,06 | 0,17 | 8,06 | 38,75 | 0,00 |
| **Итого** | | | **391** | **9,51** | **15,19** | **56,14** | **416,31** | **5,34** |
| **Всего** | | | | **38,74** | **43,51** | **180,42** | **1 262,54** | **99,50** |