ГБОУ Детский сад № 246

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,86	3,57	10,38	89,69	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,66	3,02	11,00	83,71	0,57
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			**455**	**10,79**	**11,81**	**51,79**	**360,04**	**39,32**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Итого			**200**	**2,79**	**5,00**	**13,07**	**90,76**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,86	6,57	2,53
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	5,57
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,29	10,44	7,33	166,47	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,31	0,18	8,40	40,38	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,44	7,86	40,09	0,00
Итого			**695**	**19,27**	**20,80**	**90,64**	**631,76**	**8,30**
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,91	0,18	18,36	78,17	3,64
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,64	0,22	10,49	50,48	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	5,03	8,13	12,60	150,03	0,04
Итого			**462**	**16,11**	**15,71**	**74,91**	**526,80**	**18,31**
Всего				**48,96**	**53,32**	**230,41**	**1 609,36**	**67,03**

ГБОУ Детский сад № 246

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,90	1,93	7,71	44,09	0,04
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,70
Итого			**400**	**9,92**	**12,31**	**44,82**	**290,65**	**2,77**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	148	0,74	0,00	18,85	81,61	5,94
Итого			**148**	**0,74**	**0,00**	**18,85**	**81,61**	**5,94**
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	0,69	5,25	2,02
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	6,01
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	5,77	6,18	10,86	216,21	8,23
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,76	0,05	18,27	77,07	0,24
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,58	0,73	13,03	66,42	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,42	30,90	0,00
Итого			**555**	**12,34**	**12,39**	**57,18**	**484,24**	**16,50**
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,35	0,06	1,21	7,63	7,95
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,97	7,78	6,67	115,14	0,07
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,24	6,62	19,92	112,11	1,61
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3,63	3,18	21,40	122,79	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,42	30,90	0,00
Итого			**428**	**15,02**	**17,77**	**62,70**	**418,07**	**10,33**
Всего				**38,02**	**42,47**	**183,55**	**1 274,57**	**35,54**