

Утверждаю

Зам.Директора по УВР  
ГБОУ Детский сад № 246  
/Е.А.Курсиш/**МЕНЮ**  
17 февраля 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                       | 30        | 1,65              | 8,78    | 11,04            | 129,87                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 43             | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                                                 | 200       | 8,49              | 3,07    | 23,13            | 149,88                                   | 1,35                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                            | 195/7     | 0,20              | 0,01    | 8,22             | 34,91                                    | 1,15                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША СВЕЖАЯ                                                             | 100       | 0,40              | 0,30    | 10,30            | 47,00                                    | 5,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 532       | 10,74             | 12,16   | 52,69            | 361,66                                   | 7,50                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                          |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 2              | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5 %<br>ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ<br>ПИТЬЕВОЙ                 | 201       | 2,94              | 5,00    | 13,05            | 90,34                                    | 1,40                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 201       | 2,94              | 5,00    | 13,05            | 90,34                                    | 1,40                  |
| Обед                          |                     |                                                                          |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ                                                | 50        | 0,56              | 3,14    | 1,77             | 38,67                                    | 12,70                 |
| 2024                          | ТК № 44             | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА | 170/15/15 | 3,13              | 5,84    | 10,87            | 112,16                                   | 7,53                  |
| 2024                          | ТК № 45             | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)                                            | 70        | 8,96              | 8,09    | 19,15            | 185,25                                   | 2,25                  |
| 2011                          | 309                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>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<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                      | 21        | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 15             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                        | 15        | 1,12              | 0,43    | 7,71             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 696       | 18,04             | 20,42   | 90,27            | 630,95                                   | 22,60                 |
| Полдник                       |                     |                                                                          |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 46             | СУФЛЕ РЫБНОЕ                                                             | 70        | 5,10              | 7,32    | 1,54             | 107,84                                   | 0,31                  |
| 2008                          | 175                 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ<br>ПОД СОУСОМ                                | 130       | 2,92              | 7,05    | 3,68             | 90,53                                    | 32,43                 |
| 2024                          | ТК № 47             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                                          | 180       | 0,34              | 0,08    | 11,35            | 67,98                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                      | 21        | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 5              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                        | 25        | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2011                          | 431                 | БУЛОЧКА РОЗОВАЯ                                                          | 55        | 4,64              | 1,78    | 37,40            | 162,07                                   | 0,13                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 481       | 16,20             | 17,14   | 75,30            | 534,71                                   | 32,87                 |
| Всего                         |                     |                                                                          |           | 47,92             | 54,72   | 231,31           | 1 617,66                                 | 64,37                 |

Утверждаю

Зам.Директора по УВР

ГБОУ Детский сад № 246

/Е.А.Курсиш/

# МЕНЮ

17 февраля 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                          | 32                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ                                 | 10       | 0,30              | 0,02    | 0,63             | 3,88                                     | 0,40                  |
| 2024                          | 61                  | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                        | 130      | 6,96              | 12,00   | 2,08             | 187,00                                   | 0,17                  |
| 2024                          | 2                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 150      | 0,09              | 0,00    | 6,96             | 28,18                                    | 0,02                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША                                                    | 95       | 0,38              | 0,29    | 9,79             | 44,65                                    | 4,75                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 16       | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 401      | 8,42              | 12,44   | 25,82            | 294,30                                   | 5,34                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 62                  | РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ                                   | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 72,00                                    | 0,54                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 72,00                                    | 0,54                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 27                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ           | 40       | 0,47              | 2,61    | 1,60             | 32,53                                    | 32,27                 |
| 2024                          | 28                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,21              | 5,26    | 7,91             | 88,39                                    | 6,01                  |
| 2011                          | 274                 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ                                          | 60       | 5,11              | 5,83    | 11,72            | 122,93                                   | 1,63                  |
| 2011                          | 127                 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                       | 110      | 2,41              | 3,60    | 10,69            | 101,14                                   | 6,48                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ                                | 150      | 0,75              | 0,00    | 19,05            | 82,50                                    | 6,00                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 20       | 1,30              | 0,58    | 10,29            | 52,40                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 16       | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 561      | 13,94             | 18,01   | 67,62            | 510,48                                   | 52,39                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 245                 | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ                                         | 60       | 5,50              | 4,17    | 0,26             | 89,10                                    | 0,39                  |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                           | 110      | 2,24              | 3,63    | 12,88            | 93,77                                    | 9,09                  |
| 2024                          | 40                  | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                           | 150/12   | 0,16              | 0,04    | 10,86            | 37,84                                    | 0,16                  |
| 2008                          | 479                 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                      | 40       | 2,54              | 3,21    | 39,59            | 134,32                                   | 0,04                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 21       | 1,01              | 0,17    | 8,46             | 40,68                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 393      | 11,45             | 11,22   | 72,05            | 395,71                                   | 9,68                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 36,91             | 46,17   | 173,59           | 1 272,49                                 | 67,95                 |