

Утверждаю

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

# МЕНЮ

19 августа 2025 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                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                         | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00            | 69,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                 | 205      | 5,07              | 8,10    | 27,90            | 205,00                                   | 0,50                  |
|                               | ТК№040              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             | 180      | 3,20              | 2,80    | 13,60            | 77,00                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 415      | 11,66             | 17,80   | 51,50            | 351,00                                   | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                            | 184      | 0,96              | 0,24    | 17,80            | 78,00                                    | 4,30                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 184      | 0,96              | 0,24    | 17,80            | 78,00                                    | 4,30                  |
| Обед                          |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№014              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                            | 50       | 0,50              | 0,13    | 1,90             | 12,00                                    | 5,00                  |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1 | 4,20              | 5,20    | 6,60             | 118,00                                   | 6,80                  |
| 2012                          | 294                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               | 200      | 19,30             | 21,00   | 22,00            | 355,00                                   | 18,70                 |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                                            | 180      | 0,60              | 0,24    | 22,00            | 93,00                                    | 72,00                 |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                         | 20       | 1,50              | 0,60    | 10,30            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 676      | 27,10             | 27,29   | 69,20            | 661,40                                   | 102,50                |
| Полдник                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 246                 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ                                                | 50       | 13,43             | 7,33    | 2,12             | 128,13                                   | 0,93                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                         | 130      | 2,67              | 4,55    | 17,33            | 118,21                                   | 8,91                  |
|                               | ТК№048              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                                    | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,72            | 88,20                                    | 1,40                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          | 50       | 4,43              | 0,93    | 26,68            | 133,90                                   | 0,10                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 425      | 21,65             | 13,05   | 74,25            | 499,44                                   | 11,34                 |
| Всего                         |                     |                                                                           |          | 61,37             | 58,38   | 212,75           | 1 589,84                                 | 119,14                |

Утверждаю

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

# МЕНЮ

19 августа 2025 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                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                         | 30       | 3,39              | 6,90    | 10,00            | 69,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                 | 155      | 3,80              | 6,10    | 20,90            | 154,00                                   | 0,40                  |
|                               |                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             | 180      | 3,20              | 1,80    | 13,60            | 77,00                                    | 1,70                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 365      | 10,39             | 14,80   | 44,50            | 300,00                                   | 2,10                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                                            | 157      | 0,47              | 0,00    | 25,93            | 106,86                                   | 9,43                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 157      | 0,47              | 0,00    | 25,93            | 106,86                                   | 9,43                  |
| Обед                          |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                            | 40       | 0,40              | 0,10    | 1,50             | 9,60                                     | 4,00                  |
| 2012                          | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 3,20              | 4,00    | 5,00             | 92,40                                    | 4,60                  |
| 2012                          | 294                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               | 160      | 15,66             | 17,17   | 17,78            | 218,16                                   | 14,95                 |
|                               | ТК№027              | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                                            | 150      | 0,50              | 0,20    | 18,30            | 77,30                                    | 59,76                 |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
|                               |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                         | 15       | 1,10              | 0,50    | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 541      | 21,86             | 22,09   | 56,68            | 467,76                                   | 83,31                 |
| Полдник                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 246                 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ                                                | 50       | 5,20              | 3,34    | 0,13             | 50,72                                    | 0,44                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                         | 110      | 2,38              | 3,70    | 15,70            | 107,00                                   | 7,54                  |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                                    | 150      | 0,10              | 0,10    | 18,10            | 75,00                                    | 1,20                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          | 50       | 2,06              | 4,74    | 24,83            | 168,95                                   | 0,10                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 375      | 10,74             | 12,00   | 65,16            | 432,67                                   | 9,28                  |
| Всего                         |                     |                                                                           |          | 43,46             | 48,89   | 192,27           | 1 307,29                                 | 104,12                |