

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Красносельского района
/Уманская Н.Г./**МЕНЮ**

6 октября 2026 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	16,00	18,64	11,05	276,46	0,40
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	155	2,97	4,67	24,05	138,69	12,15
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
Итого			430	17,82	27,26	30,09	438,69	1,55
II Завтрак								
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,44	3,08	1,50	36,47	9,90
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	3,13	5,84	10,87	112,16	7,53
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	70	9,67	13,04	11,70	202,98	1,74
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,94	4,63	23,82	137,33	12,03
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			685	19,02	25,36	82,13	645,63	19,26
Полдник								
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	65	5,17	1,82	36,03	180,78	0,16
Итого			251	5,17	1,82	44,43	214,78	0,16
Всего				42,91	54,64	164,75	1 342,10	80,97

Шеф-повар



Писарева И.В.

Писарева И.В.

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Красносельского района
/Уманская Н.Г./

МЕНЮ

9 октября 2026 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,16	7,49	30,21	213,46	0,52
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	4,69	5,51	28,59	167,34	0,00
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,24	0,46	15,48	71,14	0,06
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			360	7,54	7,95	51,78	309,46	0,61
II Завтрак								
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,07	5,05
2008	80	БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	5,65	6,82	7,88	120,12	5,60
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,08	3,47	19,79	124,24	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,94	4,63	23,82	137,33	12,03
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	8,33	5,44	9,87	152,01	0,82
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,27	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,88	15,42	78,60	0,00
Итого			725	23,61	17,11	85,12	620,63	15,07
Полдник								
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,81	2,34	34,33	181,44	0,12
Итого			260	6,01	2,35	42,55	216,35	1,27
Всего				38,06	27,61	187,55	1 189,44	76,95

Шеф-повар



Писарева И.В.