

Утверждаю

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

## МЕНЮ

24 февраля 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 189           | -КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 130        | 5,20              | 4,42         | 20,91         | 144,84                        | 0,55          |
| 2012              | 395           | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                         | 180        | 1,56              | 1,15         | 9,43          | 54,66                         | 0,25          |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                           | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                         | 0,00          |
| 2012              | 1             | -БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                 | 20         | 0,54              | 3,36         | 6,77          | 60,36                         | 0,00          |
| 2012              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                       | 20         | 2,48              | 2,24         | 0,14          | 30,65                         | 0,00          |
| 2008              | пром.         | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                       | 95         | 0,38              | 0,38         | 9,32          | 44,69                         | 9,51          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>445</b> | <b>10,16</b>      | <b>11,55</b> | <b>46,57</b>  | <b>335,20</b>                 | <b>10,31</b>  |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 20            | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ            | 180        | 3,10              | 4,50         | 8,10          | 73,00                         | 1,26          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>180</b> | <b>3,10</b>       | <b>4,50</b>  | <b>8,10</b>   | <b>73,00</b>                  | <b>1,26</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 40            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                            | 40         | 0,45              | 2,01         | 2,46          | 38,14                         | 1,29          |
| 2008              | 76            | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180        | 2,90              | 3,81         | 17,09         | 101,60                        | 6,40          |
| 2012              | 301           | -ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                    | 65         | 7,69              | 4,48         | 12,34         | 111,48                        | 0,48          |
| 2012              | 322           | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                       | 120        | 1,61              | 5,00         | 10,60         | 102,10                        | 3,89          |
|                   | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                | 20         | 1,32              | 0,18         | 8,48          | 40,79                         | 0,00          |
|                   | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 25         | 1,88              | 0,73         | 12,85         | 65,50                         | 0,00          |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                       | 180        | 0,90              | 0,18         | 18,18         | 77,40                         | 3,60          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>630</b> | <b>16,75</b>      | <b>16,39</b> | <b>82,00</b>  | <b>537,01</b>                 | <b>15,66</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 20            | -САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ                  | 30         | 0,79              | 2,20         | 2,81          | 17,60                         | 1,04          |
| 2012              | 298           | -ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ       | 160        | 7,44              | 7,56         | 19,11         | 198,85                        | 9,91          |
|                   | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                | 25         | 1,66              | 0,22         | 10,60         | 50,99                         | 0,00          |
| 2012              | 394           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 180        | 2,09              | 1,70         | 9,31          | 61,34                         | 0,38          |
| 2008              | 479           | -БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ                                  | 50         | 2,29              | 2,38         | 24,08         | 108,67                        | 0,06          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>445</b> | <b>14,27</b>      | <b>14,06</b> | <b>65,91</b>  | <b>437,45</b>                 | <b>11,39</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>44,28</b>      | <b>46,50</b> | <b>202,58</b> | <b>1 382,66</b>               | <b>38,62</b>  |

Шеф - повар



Писарева И.В.



Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №51 Красносельского района  
Туманская Н.Г.

## МЕНЮ

26 февраля 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 184           | -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 130        | 5,00              | 5,43         | 17,75         | 120,96                        | 0,87          |
| 2024              | 47            | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)        | 130        | 4,07              | 4,78         | 24,79         | 145,08                        | 0,00          |
|                   | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| 2008              | 430           | -ЧАЙ С САХАРОМ                           | 180        | 0,12              | 0,00         | 6,05          | 24,67                         | 0,02          |
| 2012              | 3             | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                       | 30         | 2,64              | 3,39         | 8,40          | 80,64                         | 0,09          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>360</b> | <b>9,26</b>       | <b>9,40</b>  | <b>42,48</b>  | <b>278,67</b>                 | <b>0,98</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 20            | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 180        | 3,10              | 4,50         | 8,10          | 73,00                         | 1,26          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>180</b> | <b>3,10</b>       | <b>4,50</b>  | <b>8,10</b>   | <b>73,00</b>                  | <b>1,26</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 40            | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ               | 40         | 0,64              | 2,00         | 3,07          | 33,12                         | 5,77          |
| 2012              | 81            | -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                | 180/5      | 3,83              | 3,43         | 20,30         | 120,72                        | 2,88          |
| 2012              | 277           | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                 | 60         | 7,09              | 6,79         | 7,22          | 133,67                        | 0,64          |
| 2012              | 414           | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 110/3      | 1,71              | 3,15         | 18,45         | 90,04                         | 0,00          |
|                   | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 20         | 1,32              | 0,18         | 8,48          | 40,79                         | 0,00          |
|                   | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| 2008              | 402           | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 180        | 0,00              | 0,00         | 5,81          | 23,22                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>618</b> | <b>16,09</b>      | <b>16,13</b> | <b>73,61</b>  | <b>493,96</b>                 | <b>9,29</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | пром.         | -ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                         | 30         | 0,24              | 0,03         | 0,51          | 3,90                          | 1,50          |
| 2012              | 249           | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ               | 60         | 7,58              | 5,34         | 7,04          | 100,67                        | 0,11          |
| 2012              | 341           | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ    | 120        | 1,15              | 4,49         | 15,17         | 103,05                        | 3,83          |
|                   | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 25         | 1,66              | 0,22         | 10,60         | 50,99                         | 0,00          |
| 2008              | 414           | -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                         | 150        | 2,10              | 2,90         | 9,24          | 76,10                         | 0,75          |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                         | 0,00          |
| 2008              | пром.         | ВАФЛИ                                    | 25         | 0,70              | 0,83         | 19,33         | 88,50                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>410</b> | <b>13,43</b>      | <b>13,81</b> | <b>61,89</b>  | <b>423,21</b>                 | <b>6,19</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |  |            | <b>41,88</b>      | <b>43,84</b> | <b>186,08</b> | <b>1 268,84</b>               | <b>17,72</b>  |

Шеф - повар

Писарева И.В.

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

# МЕНЮ

27 февраля 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 214           | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ         | 130/15     | 5,95              | 4,83         | 16,28         | 131,08                        | 0,00          |
| 2008              | 123           | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)                 | 130        | 2,55              | 4,01         | 20,63         | 118,98                        | 10,42         |
| 2012              | 395           | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                    | 180        | 1,56              | 1,15         | 9,43          | 54,66                         | 0,25          |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                      | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                         | 0,00          |
| 2012              | 2             | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                          | 20         | 0,94              | 3,65         | 9,50          | 74,64                         | 0,03          |
| 2008              | пром.         | МАНДАРИН                                       | 95         | 0,76              | 0,19         | 7,14          | 36,18                         | 36,18         |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>440</b> | <b>9,21</b>       | <b>9,82</b>  | <b>42,35</b>  | <b>296,56</b>                 | <b>36,46</b>  |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 20            | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ       | 180        | 3,10              | 4,50         | 8,10          | 73,00                         | 1,26          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>180</b> | <b>3,10</b>       | <b>4,50</b>  | <b>8,10</b>   | <b>73,00</b>                  | <b>1,26</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 22            | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)           | 41         | 0,24              | 0,03         | 0,52          | 3,94                          | 1,52          |
| 2012              | 67            | -ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 180        | 2,02              | 2,95         | 8,69          | 95,90                         | 5,04          |
| 2008              | 256           | -ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                        | 60         | 8,72              | 8,91         | 15,92         | 123,36                        | 10,45         |
| 2012              | 205           | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 110/3      | 1,40              | 3,30         | 18,75         | 112,80                        | 0,00          |
|                   | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20         | 1,32              | 0,18         | 8,48          | 40,79                         | 0,00          |
|                   | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 180        | 0,90              | 0,18         | 18,18         | 77,40                         | 3,60          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>614</b> | <b>16,10</b>      | <b>16,13</b> | <b>80,82</b>  | <b>506,59</b>                 | <b>20,61</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2023              | 1088          | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА           | 30         | 0,89              | 2,00         | 1,87          | 28,97                         | 1,60          |
| 2012              | 160           | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ            | 140        | 4,37              | 5,26         | 19,02         | 141,46                        | 28,68         |
|                   | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 78,60                         | 0,00          |
| 2012              | 394           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                  | 180        | 2,09              | 1,70         | 9,31          | 61,34                         | 0,38          |
| 2012              | 458           | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                           | 50         | 5,49              | 4,78         | 20,45         | 131,98                        | 0,73          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>430</b> | <b>15,09</b>      | <b>14,61</b> | <b>66,07</b>  | <b>442,35</b>                 | <b>31,39</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |  |            | <b>43,50</b>      | <b>45,06</b> | <b>197,34</b> | <b>1 318,50</b>               | <b>89,72</b>  |

Шеф - повар

Писарева И.В.