

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №10 «Средняя общеобразовательная школа №10»
Сельского района
Улановская Н.Г./

МЕНЮ
22 апреля 2024 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,39	2,08	15,64	67,32	1,78
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,93	1,65	1,85	25,03	1,44
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,18	16,53	2,28	117,81	0,20
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	100	1,75	0,35	14,23	67,22	7,20
	ТК№02 В	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			360	17,30	22,66	32,47	294,16	3,92
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,21	6,29	5,62	98,60	6,03
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,10	15,30	3,50	134,00	0,60
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			590	26,49	26,53	50,15	471,20	10,33
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,39	13,40	12,57	227,47	16,98
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,10	7,47	30,90	206,74	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			515	22,09	24,13	69,60	589,84	19,26
Всего				66,48	73,82	167,72	1 425,70	36,51

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Кувшиновского района
Кувшиновская Н.Г.

МЕНЮ
23 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергии)	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	TKN№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
	TKN№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	12,04	14,60	40,90	327,00	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,61	6,16	4,85	77,57	1,21
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,14	6,27	7,94	107,20	4,83
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,68	4,04	15,25	115,14	0,20
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	50/50	15,70	15,91	3,64	139,36	0,62
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,00	1,60	7,80	53,50	4,20
	TKN№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKN№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	TKN№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			580	17,16	18,77	61,17	472,34	11,24
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	18,05	9,28	16,42	225,42	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	TKN№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKN№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	TKN№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			370	26,05	16,08	46,12	432,02	16,20
Всего				55,25	49,45	148,19	1 231,36	28,44

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №11 Крайнего района
Уманская Н.Г./



МЕНЮ
24 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			360	9,19	11,20	42,10	274,00	2,30
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,40	1,80	9,40	67,40	5,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,36	9,09	10,10	226,24	12,02
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,82	1,22	15,20	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			550	12,60	14,21	38,35	481,97	17,32
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,28	6,83	23,56	195,84	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	7,00	3,89	21,12	147,74	0,03
Итого			398	12,95	10,95	60,08	415,58	6,03
Всего				35,34	36,86	156,03	1 242,05	28,65

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25 Красносельского района
Манская Н.Г./



МЕНЮ
25 апреля 2024 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,39	2,08	15,64	67,32	1,78
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	7,61	9,18	42,04	293,32	2,68
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,34	11,98	5,84	119,79	0,20
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	60	8,84	6,67	8,88	203,05	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,70	0,10	7,80	69,40	7,90
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,90	87,80	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			560	13,24	16,20	62,64	477,99	13,40
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,02	6,81	9,06	207,15	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	13,44	11,35	45,76	412,85	8,00
Всего				34,29	36,73	150,44	1 184,16	24,08

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 11 «Детский сад комбинированного вида «Солнышко» района
Умлянская Н.Г./



МЕНЮ
26 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,22	2,14	2,45	33,05	1,90
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,20	13,78	1,90	92,27	0,17
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	100	1,75	0,35	14,23	67,22	7,20
	TKN№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			350	18,46	23,22	26,95	294,32	2,67
II Завтрак								
	TKN№002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,00	1,10
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	2,04	2,30	9,83	66,24	0,08
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,80	4,10	11,40	89,00	4,80
	TKN№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			555	10,68	10,46	47,28	452,54	9,98
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,00	1,60	7,80	53,50	4,20
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			500	16,38	14,87	53,57	418,14	5,18
Всего				46,12	49,05	143,30	1 235,50	20,83

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

ГБДОУ № 14 «Детский сад комбинированного вида «Солнышко» городского округа Щелков Московской области»
 Ведущий
 Манская Н.Г./



МЕНЮ
 27 апреля 2024 г.
 Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	10,79	14,30	42,30	288,10	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	1,64	2,95	11,83	82,87	6,33
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,09	4,85	4,46	106,92	8,12
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,00	3,80
	ТК№034	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	150	0,00	0,00	15,00	57,00	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			600	18,63	15,50	66,59	480,79	19,85
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,20	7,30	12,90	177,00	0,16
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,10	7,47	30,90	206,74	0,00
Итого			385	23,50	17,97	58,60	495,94	16,16
Всего				52,92	47,77	167,49	1 264,83	38,11

Шеф-повар

Писарева И.В.