

Утверждаю

ВРИО Заведующего
ГБДОУ №51 Красносельского района
Полозова Н.А. /Полозова Н.А./**МЕНЮ**
12 октября 2026 г.

Сад 10 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,39
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,69	5,51	28,59	167,34	0,00
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			360	9,30	11,50	31,20	264,00	0,49
II Завтрак								
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,07	5,05
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	2,67
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,97	11,61	2,65	77,24	0,73
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	9,28	11,53	15,20	200,74	1,02
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,57	4,77	16,87	121,16	7,85
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,08	7,54	30,11	0,10
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			710	16,43	23,74	85,66	535,52	16,40
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	34,44	20,85	46,66	520,61	0,42
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	5,63	6,61	34,31	200,82	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			400	40,44	24,85	56,46	619,51	1,52
Всего				67,67	60,59	194,32	1 515,03	28,43

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

ВРИО Заведующего
ГБДОУ №51 Красносельского района
Полозова Н.А. /Полозова Н.А./**МЕНЮ**
13 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 № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	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
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			380	7,09	7,01	39,07	245,39	1,08
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	150	2,58	3,75	6,75	60,83	1,05
Итого			150	2,58	3,75	6,75	60,83	1,05
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,83	7,92	6,41	100,22	3,24
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,18	4,69	11,77	106,20	3,71
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	11,23	10,97	43,06	305,82	20,08
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,60	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			681	18,96	24,39	97,31	675,14	99,03
Полдник								
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	40	1,75	3,80	27,16	161,80	0,00
Итого			226	1,75	3,80	35,56	195,80	0,00
Всего				30,38	38,95	178,69	1 177,16	101,16

Шеф-повар



Писарева И.В.

Утверждаю

ВРИО Заведующего
ГБДОУ №51 Красносельского района
Полозова Н.А. /Полозова Н.А./**МЕНЮ**
14 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 № 17	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	16,59	19,94	3,66	260,66	0,31
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,94	4,63	23,82	137,33	12,03
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	18,41	28,56	22,70	422,89	1,46
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 № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ)	50	0,38	3,05	1,17	34,06	7,85
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02	7,22
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	5,19	8,85	6,13	148,72	0,47
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
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			690	17,76	21,53	83,18	594,97	15,63
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	4,72	7,01	20,57	164,39	6,47
Итого			245	5,32	7,25	42,57	257,39	78,47
Всего				42,39	57,54	156,55	1 318,25	155,56

Шеф-повар



Писарева И.В.

Утверждаю

ВрИО Заведующего
ГБДОУ №51 Красносельского района
Полозова Н.А. /Полозова Н.А./**МЕНЮ**

15 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 № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,69	5,51	28,59	167,34	0,00
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			360	9,86	11,59	42,91	315,26	1,33
II Завтрак								
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	5,57
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,19	10,34	7,26	164,82	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,94	4,63	23,82	137,33	12,03
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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	19,14	20,67	83,29	601,72	8,15
Полдник								
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	8,15	5,02	30,10	198,49	0,04
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,17	0,00	13,92	56,34	0,04
Итого			245	8,32	5,02	44,02	254,83	0,08
Всего				37,72	37,68	180,02	1 218,81	13,56

Шеф-повар



Писарева И.В.

Утверждаю

ВРИО Заведующего
ГБДОУ №51 Красносельского района
Писарева /Полозова Н.А./

МЕНЮ

16 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 (аллергики)	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 № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
	Обед							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,66	5,06	5,98	72,16	1,57
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,33	6,58	18,63	118,34	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	150	3,31	10,08	23,35	198,18	10,80
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
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			710	18,78	26,03	102,77	714,62	18,54
	Полдник							
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,94	6,55	9,62	122,80	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	40	1,75	3,80	27,16	161,80	0,00
Итого			240	7,69	10,35	36,78	284,60	1,10
Всего				35,51	44,83	212,33	1 404,68	30,27

Шеф-повар

Писарева И.В.