

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Красносельского района
Гуманская Н.Г./**МЕНЮ**
6 июля 2026 г.

Сад 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | -КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 5,81 | 3,23 | 19,71 | 129,10 | 0,29 |
| 2024 | 47 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) | 130 | 4,07 | 4,78 | 24,79 | 145,08 | 0,00 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 1,39 | 1,39 | 12,77 | 70,53 | 0,30 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,20 | 4,75 | 9,75 | 80,08 | 0,00 |
| Итого | | | 375 | 8,40 | 9,37 | 42,23 | 279,71 | 0,59 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,84 | 47,17 | 10,04 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,84 | 47,17 | 10,04 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 50 | 0,56 | 2,49 | 10,55 | 47,20 | 1,60 |
| 2008 | 76 | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200 | 5,22 | 6,72 | 11,38 | 129,48 | 6,25 |
| 2012 | 301 | -ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 11,61 | 15,10 | 0,65 | 191,53 | 0,52 |
| 2012 | 322 | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 3,34 | 4,18 | 21,87 | 139,28 | 1,02 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 710 | 24,22 | 29,33 | 67,45 | 621,08 | 9,39 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 20 | -САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 50 | 1,36 | 3,76 | 4,80 | 40,13 | 1,77 |
| 2012 | 298 | -ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ | 200 | 8,81 | 8,05 | 25,31 | 255,08 | 10,39 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2012 | 394 | -ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 2,56 | 2,80 | 12,94 | 68,00 | 0,58 |
| 2008 | 479 | -БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ | 50 | 4,72 | 3,53 | 17,77 | 121,89 | 0,05 |
| Итого | | | 530 | 19,44 | 18,40 | 73,54 | 546,29 | 12,79 |
| Всего | | | | 52,46 | 57,50 | 193,06 | 1 494,25 | 32,81 |

Шеф-повар



Писарева И.В.

Утверждаю

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

7 июля 2026 г.

Сад 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7,91 | 10,48 | 27,43 | 236,83 | 0,88 |
| 2024 | 47 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) | 150 | 4,69 | 5,51 | 28,59 | 167,34 | 0,00 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,01 | 1,57 | 10,25 | 63,95 | 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 | 35 | 0,99 | 4,07 | 17,18 | 107,40 | 0,05 |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,09 | 42,89 | 9,18 |
| Итого | | | 485 | 11,81 | 16,32 | 62,95 | 451,07 | 10,36 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | 20 | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 180 | 3,10 | 4,50 | 8,10 | 73,00 | 1,26 |
| Итого | | | 180 | 3,10 | 4,50 | 8,10 | 73,00 | 1,26 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 50 | 0,40 | 0,05 | 2,85 | 6,50 | 1,88 |
| 2023 | 1007 | -СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ | 200 | 3,27 | 2,00 | 19,16 | 132,10 | 4,93 |
| 2012 | 282 | -БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70 | 10,04 | 9,02 | 12,79 | 152,43 | 0,18 |
| 2012 | 344 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) | 130 | 2,27 | 7,72 | 17,82 | 135,09 | 0,70 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,32 | 0,31 | 14,84 | 71,39 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 91,70 | 0,00 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- | 200 | 0,32 | 0,13 | 10,08 | 45,06 | 26,43 |
| Итого | | | 720 | 21,25 | 20,25 | 95,53 | 634,27 | 34,12 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ | 180/20 | 8,18 | 6,70 | 22,80 | 187,50 | 4,12 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 181 | 5,34 | 4,61 | 8,85 | 99,52 | 0,99 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 55 | 2,61 | 3,32 | 24,96 | 142,06 | 0,78 |
| Итого | | | 466 | 18,38 | 15,50 | 72,03 | 507,68 | 5,89 |
| Всего | | | | 54,54 | 56,57 | 238,61 | 1 666,02 | 51,63 |

Шеф-повар



Писарева И.В.

Утверждаю

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

8 июля 2026 г.

Сад 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 5,60 | 6,04 | 22,46 | 157,48 | 1,00 |
| 2024 | 47 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) | 150 | 4,69 | 5,51 | 28,59 | 167,34 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,14 | 0,00 | 8,99 | 36,52 | 0,03 |
| 2012 | 3 | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 4,25 | 5,21 | 10,24 | 95,00 | 0,10 |
| Итого | | | 410 | 11,87 | 11,98 | 54,54 | 354,50 | 1,13 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 2 | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ | 200 | 2,94 | 5,00 | 13,05 | 90,34 | 1,40 |
| Итого | | | 200 | 2,94 | 5,00 | 13,05 | 90,34 | 1,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,87 | 2,55 | 3,92 | 42,23 | 13,73 |
| 2012 | 81 | -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ | 200/10 | 3,11 | 3,81 | 22,53 | 154,00 | 3,20 |
| 2012 | 277 | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 70 | 9,95 | 9,46 | 10,72 | 154,00 | 0,75 |
| 2012 | 414 | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 2,02 | 3,72 | 24,64 | 136,76 | 0,00 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 402 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 |
| Итого | | | 715 | 19,86 | 20,63 | 94,61 | 643,67 | 17,68 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | -ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 6,50 | 2,50 |
| 2012 | 249 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ | 75 | 10,56 | 7,62 | 10,21 | 133,01 | 0,14 |
| 2012 | 341 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ | 130 | 1,25 | 4,91 | 21,01 | 138,44 | 4,14 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2008 | 414 | -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 200 | 2,79 | 3,86 | 11,70 | 101,21 | 1,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 30 | 0,84 | 0,99 | 23,19 | 106,20 | 0,00 |
| Итого | | | 515 | 17,83 | 17,69 | 79,68 | 546,55 | 7,78 |
| Всего | | | | 52,50 | 55,30 | 241,88 | 1 635,06 | 27,99 |

Шеф-повар



Писарева И.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 июля 2026 г.

Сад 12 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 140/20 | 8,30 | 6,21 | 12,59 | 138,18 | 0,00 |
| 2024 | 47 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) | 140 | 4,38 | 5,14 | 26,67 | 156,11 | 0,00 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 1,39 | 1,39 | 12,77 | 70,53 | 0,30 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 35 | 0,99 | 4,07 | 17,18 | 107,40 | 0,05 |
| 2008 | пром. | МАНДАРИН | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,51 | 38,04 | 38,04 |
| Итого | | | 495 | 11,48 | 11,87 | 50,05 | 354,15 | 38,39 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 2 | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 200 | 2,94 | 5,00 | 13,05 | 90,34 | 1,40 |
| Итого | | | 200 | 2,94 | 5,00 | 13,05 | 90,34 | 1,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 50 | 0,40 | 0,05 | 2,85 | 6,50 | 1,88 |
| 2012 | 67 | -ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,64 | 3,27 | 10,18 | 139,55 | 5,59 |
| 2008 | 256 | -ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 10,46 | 7,47 | 20,96 | 150,28 | 8,62 |
| 2012 | 205 | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 135 | 1,70 | 8,79 | 24,02 | 163,67 | 0,00 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) | 130 | 2,52 | 3,97 | 20,43 | 117,80 | 10,32 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 700 | 20,11 | 20,67 | 84,03 | 589,59 | 16,09 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 1088 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА | 50 | 1,46 | 3,00 | 3,05 | 44,91 | 2,35 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 160 | 6,03 | 7,27 | 28,57 | 218,74 | 32,70 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2012 | 394 | -ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 2,56 | 2,80 | 12,94 | 68,00 | 0,58 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 5,66 | 4,74 | 25,82 | 164,10 | 0,72 |
| Итого | | | 485 | 17,59 | 18,54 | 83,23 | 561,25 | 36,35 |
| Всего | | | | 52,12 | 56,08 | 230,36 | 1 595,33 | 92,23 |

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 июля 2026 г.

Сад 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | -КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 6,44 | 7,32 | 25,69 | 195,32 | 0,79 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,14 | 0,00 | 8,99 | 36,52 | 0,03 |
| 2012 | 3 | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 4,25 | 5,21 | 10,24 | 95,00 | 0,10 |
| 2008 | пром. | АПЕЛЬСИН | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,11 | 43,05 | 60,07 |
| Итого | | | 500 | 12,86 | 13,17 | 60,74 | 409,19 | 60,99 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 2 | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 200 | 2,94 | 5,00 | 13,05 | 90,34 | 1,40 |
| Итого | | | 200 | 2,94 | 5,00 | 13,05 | 90,34 | 1,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 50 | 2,08 | 4,75 | 6,13 | 92,87 | 3,05 |
| 2012 | 83 | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 4,07 | 4,20 | 16,39 | 125,01 | 4,66 |
| 2012 | 291 | -ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 200/15 | 11,44 | 10,78 | 34,68 | 216,73 | 7,19 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,77 | 0,31 | 15,76 | 84,36 | 13,32 |
| Итого | | | 715 | 21,90 | 20,99 | 96,41 | 635,46 | 28,22 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 241 | -КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ | 80 | 7,69 | 5,31 | 10,37 | 121,32 | 1,58 |
| 2012 | 406 | -ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | 150 | 2,74 | 3,35 | 19,12 | 117,90 | 10,42 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 181 | 5,34 | 4,61 | 8,85 | 99,52 | 0,99 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| 2012 | 479 | -БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 45 | 1,15 | 2,03 | 24,42 | 124,12 | 0,00 |
| Итого | | | 486 | 18,91 | 15,56 | 75,48 | 524,05 | 12,99 |
| Всего | | | | 56,61 | 54,72 | 245,68 | 1 659,04 | 103,60 |

Шеф-повар

Писарева И.В.