

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №5 Красносельского района  
Уманская Н.Г./



# МЕНЮ

2 мая 2024 г.

## Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>10,90</b>	<b>14,20</b>	<b>52,90</b>	<b>363,00</b>	<b>2,80</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,53</b>	<b>0,53</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,16	6,20	8,58	109,36	5,38
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	175,30	0,60
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	21,52	21,73	5,00	180,44	0,41
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00	10,30
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>753</b>	<b>26,07</b>	<b>13,52</b>	<b>61,40</b>	<b>592,66</b>	<b>18,38</b>
<b>Полдник</b>								
2012	401	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	101,00	0,20
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,80	6,18	27,45	188,78	6,92
<b>Итого</b>			<b>265</b>	<b>11,60</b>	<b>11,18</b>	<b>35,85</b>	<b>289,78</b>	<b>7,12</b>
<b>Всего</b>				<b>50,10</b>	<b>39,43</b>	<b>171,15</b>	<b>1 341,44</b>	<b>32,30</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №11 Муниципального района  
Уманский Н.Г./



# МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 10 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>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	4,32	5,50	9,30	82,70	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	225,00	0,50
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>9,39</b>	<b>13,60</b>	<b>45,60</b>	<b>341,70</b>	<b>0,50</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	154,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	2,24	4,17	2,84	57,75	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
	047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>15,74</b>	<b>18,96</b>	<b>80,36</b>	<b>564,55</b>	<b>7,98</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	200	3,30	0,30	8,00	62,00	0,60
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,95	4,65	40,15	225,91	0,00
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>9,25</b>	<b>4,95</b>	<b>48,15</b>	<b>287,91</b>	<b>0,60</b>
<b>Всего</b>				<b>34,38</b>	<b>37,51</b>	<b>174,11</b>	<b>1 194,16</b>	<b>9,08</b>

Шеф-повар

Писарева И.В.



Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
6 мая 2024 г.  
Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,20	5,90	33,00	248,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,56</b>	<b>12,40</b>	<b>50,52</b>	<b>360,40</b>	<b>1,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>	<b>6,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,40
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,04	6,34	3,27	140,58	0,40
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	9,19	11,41	15,05	198,77	1,01
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,00	4,80	19,50	134,30	9,00
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>17,74</b>	<b>19,76</b>	<b>79,15</b>	<b>660,62</b>	<b>14,70</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,40	9,80	99,00	1,11
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	7,94	4,80	30,95	198,95	0,08
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>13,94</b>	<b>9,20</b>	<b>40,75</b>	<b>297,95</b>	<b>1,19</b>
<b>Всего</b>				<b>42,84</b>	<b>41,96</b>	<b>185,22</b>	<b>1 385,27</b>	<b>23,49</b>

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №5 Красносельского района  
Уманская Н.Г./

# МЕНЮ

7 мая 2024 г.

Сад 10 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>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,66</b>	<b>17,80</b>	<b>51,50</b>	<b>351,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	TK №014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,26	2,31	16,47	95,98	6,34
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,49	21,21	22,22	358,55	18,89
	TKN№041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	TK №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
<b>Итого</b>			<b>671</b>	<b>24,95</b>	<b>24,51</b>	<b>76,69</b>	<b>629,83</b>	<b>102,23</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	3,30	8,00	62,00	0,60
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,66	2,36	39,28	204,82	0,14
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>12,66</b>	<b>5,66</b>	<b>47,28</b>	<b>266,82</b>	<b>0,74</b>
<b>Всего</b>				<b>49,27</b>	<b>47,97</b>	<b>175,47</b>	<b>1 247,65</b>	<b>103,97</b>

Шеф-повар

Писарева И.В.



Утверждаю

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

# МЕНЮ

8 мая 2024 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,53	2,75	3,06	41,31	2,39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	100	1,75	0,35	14,23	67,22	7,20
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>21,13</b>	<b>28,25</b>	<b>34,46</b>	<b>342,31</b>	<b>4,89</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK № 006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,53</b>	<b>0,53</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/5	4,23	6,22	6,21	100,61	8,82
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9,10	11,30	14,90	196,80	1,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	248,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	TK №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
<b>Итого</b>			<b>740</b>	<b>23,12</b>	<b>24,08</b>	<b>77,71</b>	<b>656,81</b>	<b>12,02</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	65	4,83	9,15	36,62	247,82	0,00
2012	401	РЯЖЕНКА	200	3,60	2,00	8,40	80,00	0,20
<b>Итого</b>			<b>265</b>	<b>8,43</b>	<b>11,15</b>	<b>45,02</b>	<b>327,82</b>	<b>0,20</b>
<b>Всего</b>				<b>54,21</b>	<b>64,01</b>	<b>178,19</b>	<b>1 422,94</b>	<b>21,11</b>

Шеф-повар

Писарева И.В.