ГБДОУ детский сад №59

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №59
_____ /Гуменюк И.О./

МЕНЮ

10 ноября 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		
Завтрак								
2024	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	10	0,29	0,02	0,62	3,80	0,39
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	6,89	11,88	2,06	185,13	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			**400**	**8,72**	**12,22**	**23,13**	**283,80**	**36,51**
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ	125	2,15	3,12	5,62	50,69	0,00
Итого			**125**	**2,15**	**3,12**	**5,62**	**50,69**	**0,00**
Обед								
2024	11	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	1,61	4,39	1,98	54,12	0,97
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,25	5,11	8,71	100,58	6,03
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,30	12,21	3,85	178,09	0,39
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,60	4,82	17,04	122,37	7,93
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			**570**	**23,20**	**26,81**	**53,09**	**550,25**	**18,32**
Полдник								
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,28	6,59	20,12	153,55	1,56
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,52	9,05	9,09	112,86	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,41	1,81	25,27	134,83	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			**375**	**14,31**	**17,62**	**69,90**	**470,10**	**1,67**
Всего				**48,38**	**59,77**	**151,74**	**1 354,84**	**56,50**

Шеф повар (зав. производством) _____ Землякова А.В.

ГБДОУ детский сад №59

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №59
_____ /Гуменюк И.О./

МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	8,58	3,10	23,36	151,39	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			**510**	**11,30**	**11,95**	**49,27**	**349,17**	**0,03**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ	125	1,84	3,13	8,16	56,46	0,00
Итого			**125**	**1,84**	**3,13**	**8,16**	**56,46**	**0,00**
Обед								
2024	ТК № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	3,12	5,71	3,46	78,27	1,70
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	6,18	10,64	9,32	165,04	7,55
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	5,15	7,39	1,56	108,93	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,57	4,77	16,87	121,16	7,85
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			**650**	**18,34**	**28,69**	**46,47**	**541,28**	**17,10**
Полдник								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,33	6,58	18,63	118,34	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,95	1,97	34,60	179,71	0,12
Итого			**480**	**18,65**	**11,44**	**102,89**	**550,54**	**0,15**
Всего				**50,13**	**55,21**	**206,79**	**1 497,45**	**17,28**

Шеф повар (зав. производством) _____ Землякова А.В.