



Утверждаю

 И.о. заведующего
 ГБДОУ детский сад №37
 Майсак А.В./

МЕНЮ

4 мая 2026 г.

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,27	1,91	7,62	57,10	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	17	1,25	0,48	8,57	43,67	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,84	7,08	18,48	157,46	0,00
2012	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,27	1,90	32,90	177,48	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,36	2,70	12,24	87,81	0,00
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,13	0,00	9,95	40,30	0,03
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
2012	368	ЯБЛОКО (аллергики)	96	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			395	11,23	11,88	45,47	338,47	36,10
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			180	3,10	4,50	8,10	73,00	1,26
Обед								
2024	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,48	1,52	3,08	28,66	8,19
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,89
2012	К/К-41	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/10	3,15	1,62	12,07	75,56	8,79
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	6,20	4,33	5,63	86,29	0,00
		РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергики)	55	9,44	0,36	0,58	43,19	0,25
2012		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,26	3,96	15,02	105,35	6,95
2012	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	135	2,44	6,44	19,92	147,60	10,08
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			550	15,55	12,99	55,11	430,38	16,30
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,41	12,77	20,55	262,20	0,24
2012	К/К37	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,68	0,24	22,59	99,21	0,00
2024	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71	0,28
2024	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (В АССОРТИМЕНТЕ)	151	0,76	0,00	19,21	83,21	6,05
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			326	14,50	13,38	55,09	418,52	6,57
Всего				44,38	42,75	163,77	1 260,37	60,23