



Утверждаю

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

МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,95	16,26	95,60	0,00
2024	17	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	99	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3,40	2,50	5,50	6,10	0,00
Итого			580	11,44	12,20	53,45	318,95	61,02
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,59	3,10	1,89	38,97	3,45
2012	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	39	0,31	0,04	0,98	5,49	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,17	4,68	11,40	104,47	3,73
2012	41	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ(аллергики)	180/10	4,15	2,31	13,84	92,89	9,82
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	11,12	10,86	42,63	302,79	19,88
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			681	18,66	19,48	89,04	609,92	27,38
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,57	9,06	17,95	205,94	0,20
2012		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,35	5,72	19,28	142,34	8,84
2012	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
2012	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (В АССОРТИМЕНТЕ)	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00
Итого			436	15,39	16,97	82,07	565,44	16,24
Всего				48,28	53,65	237,63	1 585,07	105,74