

Утверждаю

И.о. заведующего
ГБДОУ детский сад №37
Майсак А.В./**МЕНЮ**
16 февраля 2026 г.**Сад**

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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,95	16,26	95,60	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2012	349	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,68	0,24	22,63	99,38	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	453	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	16,54	66,92	0,04
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2012		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,40	0,40	9,83	47,17	10,04
Итого			480	10,53	11,97	53,04	361,26	39,09
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
2024	453	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Обед								
2012	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87	2,80
2024	ТК № 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии)	49	0,39	0,05	1,23	6,86	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,03	1,81	7,39	50,25	4,28
2012	К/К-37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ(аллергии)	180/10	3,87	2,09	13,93	90,13	8,93
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,11	9,25	18,22	179,00	0,52
2012		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2012	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,93	2,92	12,50	89,03	9,90
2012	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	120	2,34	4,93	19,01	129,92	9,62
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			686	17,79	18,40	79,02	549,81	17,66
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,39
2012	349	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,68	0,24	22,63	99,38	0,00
2012	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (В АССОРТИМЕНТЕ)	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
2024	453	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			450	16,58	17,45	71,35	521,52	8,56
Всего				47,70	52,82	216,55	1 522,66	65,91