



Утверждаю

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

МЕНЮ

22 мая 2026 г.

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,31	1,94	7,77	58,18	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,35	0,19	16,64	73,62	0,00
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,15	0,00	9,99	40,50	0,03
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	3,40	2,50	5,50	6,10	0,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	101	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			400	10,93	12,32	45,87	266,32	2,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,13	0,00	9,95	40,30	0,03
Итого			150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	6,01
2008	73-А	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики) (аллергики)	150/10/5	2,39	0,35	14,55	71,50	14,12
2008	К/К-38	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ(аллергики)	150	3,16	4,85	5,21	77,39	9,04
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	5,71	6,12	10,75	214,07	8,15
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (аллергики)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	18,45	77,85	0,24
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	12,25	12,32	56,92	481,21	16,40
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,20	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,07
2008	307	КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	11,24	11,37	0,00	147,05	0,46
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,72	12,66	0,00	172,52	0,00
2024	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,30	6,57	20,19	153,76	1,61
2008	211	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (аллергики)	120	4,27	4,96	27,35	171,25	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,13	0,00	9,95	40,30	0,03
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,89	5,00	25,28	174,27	0,04
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			426	18,24	19,46	66,65	509,32	2,38
Всего			426	42,17	44,10	188,49	1 339,35	26,81