



Утверждаю

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

МЕНЮ

25 мая 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	2,98	16,29	96,10	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	TK № 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	TK № 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	TK № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2012		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			480	10,53	12,00	53,07	361,76	39,09
II Завтрак								
2024	TK № 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	TK № 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии)	49	0,39	0,05	1,23	6,86	0,00
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,03	1,80	7,39	50,17	4,26
2012	К/К-37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ(аллергии)	180/10	3,86	2,09	13,88	89,89	8,90
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,11	9,25	18,22	179,00	0,52
2012		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,72	12,66	0,00	172,52	0,00
2012	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,92	2,87	12,41	88,06	9,90
2012	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			686	17,78	18,34	78,93	548,76	17,64
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	TK № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,39
2012	349	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,57	0,22	19,83	87,60	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	TK № 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				47,69	52,79	216,49	1 522,11	65,89