

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №4
/Андреева Е.Л./**МЕНЮ**

10 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

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	1,26	3,05	12,55	82,00	2,38
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,99	3,18	2,07	40,79	3,50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,02	11,16	2,18	137,35	0,21
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,22	3,40	17,66	119,01	0,73
Итого			330	13,49	20,79	34,46	379,15	6,82
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	116	1,05	0,12	11,04	52,31	11,62
Итого			116	1,05	0,12	11,04	52,31	11,62
Обед								
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,26	0,00	18,13	74,05	4,80
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	29	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,95	6,13	4,28	91,27	7,90
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	16,23	10,30	3,60	172,02	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,71	5,99	30,34	201,82	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			590	29,05	22,62	67,77	595,03	14,57
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	12,48	12,52	12,40	215,77	17,99
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,40	8,95	31,26	223,06	0,10
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,85	61,83	1,84
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	99	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			484	21,11	24,14	71,54	598,49	20,23
Всего				64,70	67,67	184,81	1 624,98	53,24

Зам.Зав. по АХР

Колпакова О. С



МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	61,98	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,80	6,54	19,85	162,16	0,65
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	155	4,63	3,86	16,67	121,41	0,76
Итого			315	13,67	14,50	43,52	345,55	1,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	0,19	0,39	31,16	129,68	774,19
Итого			194	0,19	0,39	31,16	129,68	774,19
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,47	4,55	1,46	48,92	2,26
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,87	6,40	7,87	111,77	8,59
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	9,40	3,73	4,26	88,15	0,29
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,47	1,63	10,19	70,99	9,91
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	9,85	39,71	0,02
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,22	11,91	57,83	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			574	20,95	17,36	58,37	482,87	21,07
Полдник								
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	1,05	2,07	5,37	44,53	0,16
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	26,27	16,36	20,84	343,09	0,28
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	187	5,26	4,53	8,70	97,83	0,97
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			448	33,38	23,16	42,41	523,45	16,61
Всего				68,19	55,41	175,46	1 481,55	813,28

Зам.Зав. по АХР _____ Колпакова О. С



МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,07	4,16	10,28	99,60	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	130	4,77	5,60	21,19	154,92	0,62
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,46	2,91	15,43	102,52	0,64
Итого			310	13,30	12,67	46,90	357,04	1,37
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	116	1,04	0,12	10,97	51,98	11,55
Итого			116	1,04	0,12	10,97	51,98	11,55
Обед								
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	3,04	3,75	44,90	1,76
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,62	5,88	4,69	90,74	3,30
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	13,83	9,65	11,85	190,96	7,79
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,81	1,21	15,05	0,00
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1,26	0,08	26,89	114,31	0,40
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			605	25,66	21,01	82,20	625,49	13,25
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,36	0,06	1,14	7,20	3,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,35	11,20	23,67	221,01	0,13
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,11	0,00	14,79	60,16	0,58
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	8,22	7,21	22,25	187,53	0,15
Итого			378	16,37	18,63	70,38	517,23	3,86
Всего				56,37	52,43	210,45	1 551,74	30,03

Зам.Зав. по АХР _____

Колпакова О. С



МЕНЮ

15 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,25	3,06	12,00	80,01	2,06
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,39	5,89	20,83	158,64	0,62
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,25	3,40	17,84	119,83	0,73
Итого			310	10,89	12,35	50,67	358,48	3,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	190	0,19	0,38	30,59	127,30	760,00
Итого			190	0,19	0,38	30,59	127,30	760,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,44	3,78	16,42	117,84	2,55
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	50	8,62	2,40	3,75	70,91	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,53	3,45	11,96	94,48	10,65
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,29	0,00	20,65	84,16	3,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			555	20,27	10,62	74,89	478,42	18,19
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,44	5,62	7,47	170,92	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,66	4,90	7,94	87,85	4,61
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
Итого			365	12,98	11,35	44,05	392,16	4,63
Всего				44,33	34,70	200,20	1 356,36	786,23

Зам.Зав. по АХР _____

Колпакова О. С

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №4
/Андреева Е.Л./

МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,92	3,20	1,93	40,07	3,25
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,36	11,57	2,66	144,57	0,26
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,68	3,86	16,51	120,83	0,73
Итого			310	16,20	22,73	28,10	367,47	4,24
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,90	0,10	9,51	45,05	10,01
Итого			100	0,90	0,10	9,51	45,05	10,01
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,52	3,17	4,06	47,45	7,60
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,45	6,45	5,98	102,66	2,77
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,47	11,79	10,09	188,49	0,10
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,77	2,63	11,38	76,09	4,80
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,56	0,13	25,72	107,22	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			565	20,54	24,87	75,60	612,88	15,27
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,32	7,10	28,80	180,30	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	21	1,28	1,15	0,07	15,82	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,54	1,64	10,26	71,62	10,08
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,10	0,02	8,84	35,21	0,08
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			486	12,74	12,61	63,07	410,45	10,46
Всего				50,38	60,31	176,28	1 435,85	39,98

Зам.Зав. по АХП _____ Колпакова О. С



МЕНЮ

17 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,46	4,31	12,92	113,07	0,11
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	130	5,00	5,58	21,56	156,60	0,62
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,37	2,83	15,28	100,87	0,63
Итого			310	13,83	12,72	49,76	370,54	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	195	0,20	0,39	31,42	130,74	780,56
Итого			195	0,20	0,39	31,42	130,74	780,56
Обед								
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,12	0,02	16,94	67,70	0,06
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,16	6,46	5,50	99,80	4,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	15,43	6,10	1,30	139,86	11,65
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	3,30	4,39	12,61	110,00	12,38
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			640	26,44	17,77	58,00	524,96	29,69
Полдник								
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	1,02	2,12	5,33	44,72	0,16
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	24,46	15,75	17,66	316,67	0,26
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,28	3,60	8,76	89,04	0,96
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			435	33,06	23,63	54,13	571,83	16,58
Всего				73,53	54,51	193,31	1 598,07	828,19

Зам.Зав. по АХР _____

Колпакова О. С

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №4
Андреева Е.Л./



МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,94	3,33	16,70	103,96	2,06
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,54	6,51	19,45	159,26	0,62
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,63	2,83	16,90	108,43	0,61
Итого			310	11,11	12,67	53,05	371,65	3,29
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,23	0,00	0,53	3,90	0,60
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,53	6,38	7,45	108,40	8,22
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	13,50	0,50	0,35	59,81	0,50
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,71	2,87	7,46	67,64	5,05
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,11	0,00	14,93	60,71	0,58
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			600	24,51	11,71	53,25	421,76	14,95
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,75	12,99	12,41	224,68	18,15
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,26	0,03	14,37	59,51	1,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	4,14	8,30	18,43	165,05	5,33
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			490	22,28	23,98	58,24	547,07	24,98
Всего				59,40	48,86	185,54	1 436,48	47,22

Зам.Зав. по АХР

Колпакова О. С



Заведующий
ТБДОУ №4
(Андреева Е.Л.)

МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,93	8,98	12,93	140,30	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,62	5,58	21,53	155,59	0,62
	ТК№035	ЧАЙ СМОЛОКОМ	150	4,02	3,40	16,36	113,01	0,75
Итого			310	10,57	17,96	50,82	408,90	1,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	190	0,20	0,39	31,40	130,65	780,00
Итого			190	0,20	0,39	31,40	130,65	780,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	3,16	3,75	46,02	1,76
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,44	6,39	5,11	98,69	3,50
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,87	13,47	2,30	169,86	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,36	3,01	27,81	155,87	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,26	0,03	14,25	59,06	1,20
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			585	23,10	27,09	76,75	646,70	6,54
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	20,21	11,94	8,13	221,89	6,14
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1,26	0,08	23,86	102,22	0,40
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,06	4,27	24,94	154,36	0,10
Итого			415	27,43	16,49	68,35	534,34	7,84
Всего				61,30	61,93	227,32	1 720,59	795,75

Зам.Зав. по АХП

Колпакова О. С

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №4
/Андреева Е.Л./

МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,37	5,58	20,36	153,97	0,62
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6/7	0,12	0,00	11,80	48,28	0,59
Итого			348	7,40	10,44	45,05	305,15	1,21
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	123	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Итого			123	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Обед								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	21,55	99,37	60,00
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,46	6,31	5,73	97,94	2,50
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	11,30	7,11	2,93	120,81	0,37
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,89	4,16	8,49	84,34	4,91
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			585	22,94	18,81	62,90	524,83	68,58
Полдник								
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	102	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,82	22,18	26,74	378,15	0,54
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,09	0,00	5,03	20,48	0,02
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,73	6,33	26,06	188,63	0,13
Итого			482	28,44	31,13	68,73	674,76	0,99
Всего				59,26	60,86	188,52	1 557,78	75,58

Зам.Зав. по АХР

Колпакова О. С



МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,69	3,78	10,28	94,56	0,10
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,22	5,40	21,32	151,41	0,53
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,49	2,94	15,49	103,20	0,65
Итого			310	12,40	12,12	47,09	349,17	1,28
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	124	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Итого			124	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Обед								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,30	0,08	1,13	7,20	3,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,46	5,37	7,89	98,07	3,40
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	165	23,71	9,44	18,30	278,57	17,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,21	0,04	14,39	57,09	0,18
Итого			563	31,84	15,92	63,07	547,76	23,78
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	10,68	4,00	2,04	86,91	0,80
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	3,06	5,27	8,22	93,87	5,39
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,27	0,00	18,25	74,60	4,96
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,80	3,44	28,08	162,26	0,10
Итого			391	20,14	12,87	65,12	458,97	11,25
Всего				64,86	41,39	187,12	1 408,94	41,11

Зам.Зав. по АХП _____ Колпакова О. С



МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,26	3,05	12,55	82,00	2,38
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,99	3,18	2,07	40,79	3,50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,02	11,16	2,18	137,35	0,21
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,22	3,40	17,66	119,01	0,73
Итого			330	13,49	20,79	34,46	379,15	6,82
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	116	1,05	0,12	11,04	52,31	11,62
Итого			116	1,05	0,12	11,04	52,31	11,62
Обед								
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,26	0,00	18,13	74,05	4,80
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	29	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,95	6,13	4,28	91,27	7,90
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	16,23	10,30	3,60	172,02	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,71	5,99	30,34	201,82	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			590	29,05	22,62	67,77	595,03	14,57
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	12,48	12,52	12,40	215,77	17,99
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,40	8,95	31,26	223,06	0,10
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,85	61,83	1,84
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	99	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			484	21,11	24,14	71,54	598,49	20,23
Всего				64,70	67,67	184,81	1 624,98	53,24

Зам.Зав. по АХП _____

Колпакова О. С



МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	61,98	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,80	6,54	19,85	162,16	0,65
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	155	4,63	3,86	16,67	121,41	0,76
Итого			315	13,67	14,50	43,52	345,55	1,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	0,19	0,39	31,16	129,68	774,19
Итого			194	0,19	0,39	31,16	129,68	774,19
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,47	4,55	1,46	48,92	2,26
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,87	6,40	7,87	111,77	8,59
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	9,40	3,73	4,26	88,15	0,29
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,47	1,63	10,19	70,99	9,91
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	9,85	39,71	0,02
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,22	11,91	57,83	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			574	20,95	17,36	58,37	482,87	21,07
Полдник								
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	1,05	2,07	5,37	44,53	0,16
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	26,27	16,36	20,84	343,09	0,28
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	187	5,26	4,53	8,70	97,83	0,97
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			448	33,38	23,16	42,41	523,45	16,61
Всего				68,19	55,41	175,46	1 481,55	813,28

Зам.Зав. по АХР _____

Колпакова О. С



МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,07	4,16	10,28	99,60	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	130	4,77	5,60	21,19	154,92	0,62
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,46	2,91	15,43	102,52	0,64
Итого			310	13,30	12,67	46,90	357,04	1,37
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	116	1,04	0,12	10,97	51,98	11,55
Итого			116	1,04	0,12	10,97	51,98	11,55
Обед								
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	3,04	3,75	44,90	1,76
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,62	5,88	4,69	90,74	3,30
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	13,83	9,65	11,85	190,96	7,79
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,81	1,21	15,05	0,00
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1,26	0,08	26,89	114,31	0,40
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			605	25,66	21,01	82,20	625,49	13,25
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,36	0,06	1,14	7,20	3,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,35	11,20	23,67	221,01	0,13
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,11	0,00	14,79	60,16	0,58
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	8,22	7,21	22,25	187,53	0,15
Итого			378	16,37	18,63	70,38	517,23	3,86
Всего				56,37	52,43	210,45	1 551,74	30,03

Зам.Зав. по АХР _____ Колпакова О. С



МЕНЮ

29 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	1,25	3,06	12,00	80,01	2,06
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,39	5,89	20,83	158,64	0,62
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,25	3,40	17,84	119,83	0,73
Итого			310	10,89	12,35	50,67	358,48	3,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	190	0,19	0,38	30,59	127,30	760,00
Итого			190	0,19	0,38	30,59	127,30	760,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,44	3,78	16,42	117,84	2,55
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	50	8,62	2,40	3,75	70,91	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,53	3,45	11,96	94,48	10,65
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,29	0,00	20,65	84,16	3,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			555	20,27	10,62	74,89	478,42	18,19
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,44	5,62	7,47	170,92	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,66	4,90	7,94	87,85	4,61
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
Итого			365	12,98	11,35	44,05	392,16	4,63
Всего				44,33	34,70	200,20	1 356,36	786,23

Зам.Зав. по АХР  Колпакова О. С

Утверждаю



Заведующий
ГБОУ №4
Андреева Е.Л./

МЕНЮ

30 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,92	3,20	1,93	40,07	3,25
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,36	11,57	2,66	144,57	0,26
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,68	3,86	16,51	120,83	0,73
Итого			310	16,20	22,73	28,10	367,47	4,24
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,90	0,10	9,51	45,05	10,01
Итого			100	0,90	0,10	9,51	45,05	10,01
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,52	3,17	4,06	47,45	7,60
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,45	6,45	5,98	102,66	2,77
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,47	11,79	10,09	188,49	0,10
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,77	2,63	11,38	76,09	4,80
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,56	0,13	25,72	107,22	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			565	20,54	24,87	75,60	612,88	15,27
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,32	7,10	28,80	180,30	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	21	1,28	1,15	0,07	15,82	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,54	1,64	10,26	71,62	10,08
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,10	0,02	8,84	35,21	0,08
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			486	12,74	12,61	63,07	410,45	10,46
Всего				50,38	60,31	176,28	1 435,85	39,98

Зам.Зав. по АХР

Колпакова О. С

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №4
Андреева Е.Л./

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,25	3,06	12,00	80,01	2,06
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,39	5,89	20,83	158,64	0,62
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,25	3,40	17,84	119,83	0,73
Итого			310	10,89	12,35	50,67	358,48	3,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	190	0,19	0,38	30,59	127,30	760,00
Итого			190	0,19	0,38	30,59	127,30	760,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,44	3,78	16,42	117,84	2,55
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	50	8,62	2,40	3,75	70,91	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	3,53	3,45	11,96	94,48	10,65
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,29	0,00	20,65	84,16	3,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			555	20,27	10,62	74,89	478,42	18,19
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,44	5,62	7,47	170,92	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,66	4,90	7,94	87,85	4,61
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
Итого			365	12,98	11,35	44,05	392,16	4,63
Всего				44,33	34,70	200,20	1 356,36	786,23

Зам.Зав. по АХП

Колпакова О. С



МЕНЮ

2 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,92	3,20	1,93	40,07	3,25
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,36	11,57	2,66	144,57	0,26
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,68	3,86	16,51	120,83	0,73
Итого			310	16,20	22,73	28,10	367,47	4,24
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,90	0,10	9,51	45,05	10,01
Итого			100	0,90	0,10	9,51	45,05	10,01
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,52	3,17	4,06	47,45	7,60
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,45	6,45	5,98	102,66	2,77
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,47	11,79	10,09	188,49	0,10
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,77	2,63	11,38	76,09	4,80
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,56	0,13	25,72	107,22	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			565	20,54	24,87	75,60	612,88	15,27
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,32	7,10	28,80	180,30	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	21	1,28	1,15	0,07	15,82	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,54	1,64	10,26	71,62	10,08
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,10	0,02	8,84	35,21	0,08
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			486	12,74	12,61	63,07	410,45	10,46
Всего				50,38	60,31	176,28	1 435,85	39,98

Зам.Зав. по АХП _____ Колпакова О. С

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №4
/Андреева Е.Л./

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,46	4,31	12,92	113,07	0,11
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	130	5,00	5,58	21,56	156,60	0,62
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,37	2,83	15,28	100,87	0,63
Итого			310	13,83	12,72	49,76	370,54	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	195	0,20	0,39	31,42	130,74	780,56
Итого			195	0,20	0,39	31,42	130,74	780,56
Обед								
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,12	0,02	16,94	67,70	0,06
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,16	6,46	5,50	99,80	4,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	15,43	6,10	1,30	139,86	11,65
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	3,30	4,39	12,61	110,00	12,38
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			640	26,44	17,77	58,00	524,96	29,69
Полдник								
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	1,02	2,12	5,33	44,72	0,16
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	24,46	15,75	17,66	316,67	0,26
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,28	3,60	8,76	89,04	0,96
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			435	33,06	23,63	54,13	571,83	16,58
Всего				73,53	54,51	193,31	1 598,07	828,19

Зам.Зав. по АХП

Колпакова О. С



Утверждаю

Заведующий
ДБДОУ №4
Андреева Е.Л./

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,94	3,33	16,70	103,96	2,06
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,54	6,51	19,45	159,26	0,62
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,63	2,83	16,90	108,43	0,61
Итого			310	11,11	12,67	53,05	371,65	3,29
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,23	0,00	0,53	3,90	0,60
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,53	6,38	7,45	108,40	8,22
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	13,50	0,50	0,35	59,81	0,50
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,71	2,87	7,46	67,64	5,05
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,11	0,00	14,93	60,71	0,58
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			600	24,51	11,71	53,25	421,76	14,95
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,75	12,99	12,41	224,68	18,15
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,26	0,03	14,37	59,51	1,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	4,14	8,30	18,43	165,05	5,33
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			490	22,28	23,98	58,24	547,07	24,98
Всего				59,40	48,86	185,54	1 436,48	47,22

Зам.Зав. по АХР _____

Колпакова О. С



МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,93	8,98	12,93	140,30	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,62	5,58	21,53	155,59	0,62
	ТК№035	ЧАЙ СМОЛОКОМ	150	4,02	3,40	16,36	113,01	0,75
Итого			310	10,57	17,96	50,82	408,90	1,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	190	0,20	0,39	31,40	130,65	780,00
Итого			190	0,20	0,39	31,40	130,65	780,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	3,16	3,75	46,02	1,76
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,44	6,39	5,11	98,69	3,50
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,87	13,47	2,30	169,86	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,36	3,01	27,81	155,87	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,26	0,03	14,25	59,06	1,20
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			585	23,10	27,09	76,75	646,70	6,54
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	20,21	11,94	8,13	221,89	6,14
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1,26	0,08	23,86	102,22	0,40
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,06	4,27	24,94	154,36	0,10
Итого			415	27,43	16,49	68,35	534,34	7,84
Всего				61,30	61,93	227,32	1 720,59	795,75

Зам.Зав. по АХП _____

Колпакова О. С

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №4
Андреева Е.Л./

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,37	5,58	20,36	153,97	0,62
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6/7	0,12	0,00	11,80	48,28	0,59
Итого			348	7,40	10,44	45,05	305,15	1,21
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	123	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Итого			123	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Обед								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	21,55	99,37	60,00
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,46	6,31	5,73	97,94	2,50
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	11,30	7,11	2,93	120,81	0,37
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,89	4,16	8,49	84,34	4,91
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			585	22,94	18,81	62,90	524,83	68,58
Полдник								
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	102	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,82	22,18	26,74	378,15	0,54
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,09	0,00	5,03	20,48	0,02
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,73	6,33	26,06	188,63	0,13
Итого			482	28,44	31,13	68,73	674,76	0,99
Всего				59,26	60,86	188,52	1 557,78	75,58

Зам.Зав. по АХП

Колпакова О. С



МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,69	3,78	10,28	94,56	0,10
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,22	5,40	21,32	151,41	0,53
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,49	2,94	15,49	103,20	0,65
Итого			310	12,40	12,12	47,09	349,17	1,28
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	124	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Итого			124	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Обед								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,30	0,08	1,13	7,20	3,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,46	5,37	7,89	98,07	3,40
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	165	23,71	9,44	18,30	278,57	17,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,21	0,04	14,39	57,09	0,18
Итого			563	31,84	15,92	63,07	547,76	23,78
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	10,68	4,00	2,04	86,91	0,80
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	3,06	5,27	8,22	93,87	5,39
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,27	0,00	18,25	74,60	4,96
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,80	3,44	28,08	162,26	0,10
Итого			391	20,14	12,87	65,12	458,97	11,25
Всего				64,86	41,39	187,12	1 408,94	41,11

Зам.Зав. по АХП _____

Колпакова О. С