



Утверждаю

Заведующий
БДОУ №35-4
Архипова Е. А.**МЕНЮ**

12 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,10	0,47	11,70	44,81	0,00
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,55	5,74	21,65	149,26	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,47	1,84	11,50	75,41	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
Итого			400	9,92	10,55	49,36	314,00	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	143	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			143	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,52	3,96	1,52
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,60	99,00	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	9,64	10,81	6,61	160,81	0,25
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2,80	5,33	14,83	119,77	10,20
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	2	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			580	18,16	19,62	59,86	514,60	12,83
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	0,03	3,48	16,00	0,00
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	182	5,56	4,63	8,70	98,16	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			357	20,03	18,54	41,52	429,46	0,00
Всего				48,11	48,71	150,74	1 258,06	12,83

Утверждаю


 Заведующий
 ТБДОУ №35-4
 Архилова Е. А. /

МЕНЮ

12 мая 2026 г.

Сад 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	1,37	2,89	17,45	100,58	4,90
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,78	4,55	27,79	167,32	0,00
	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	200	2,05	4,94	28,61	162,36	0,11
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,23	2,45	12,24	87,32	0,00
	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	103	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			483	10,34	10,12	66,48	400,82	4,90
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	198	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
Итого			198	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,46	3,66	5,93	70,48	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,02	1,81	7,84	51,76	4,47
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/1	4,28	5,36	12,89	117,12	6,97
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,89	13,70	5,85	189,26	0,34
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	145	3,04	2,75	13,09	90,86	10,77
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		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			676	21,90	22,92	68,08	568,02	15,74
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,93	2,04	8,67	60,75	0,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			453	15,72	17,49	48,66	423,71	0,00
Всего				50,76	55,53	196,36	1 482,62	20,64