



МЕНЮ

2 февраля 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,61	2,41	7,03	60,69	0,05
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	130	7,23	6,60	36,34	234,70	0,70
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	1,86	9,76	41,43	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	70	0,63	0,14	5,67	30,10	42,00
Итого			370	12,85	11,01	58,80	366,92	42,75
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	153	4,29	3,83	6,92	86,65	1,07
Итого			153	4,29	3,83	6,92	86,65	1,07
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,44	2,47	1,39	30,36	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,04	3,24	9,49	79,34	2,98
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	7,65	7,47	29,33	208,36	0,00
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,91	76,80	60,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,60	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			536	14,11	14,09	72,76	477,86	62,98
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	7,44	5,31	7,63	107,96	0,16
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,54	1,99	3,89	110,28	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	0,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,60	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	15	0,89	5,21	6,05	54,90	0,00
Итого			385	13,74	13,08	50,69	425,54	0,16
Всего				44,99	42,01	189,17	1 356,97	106,96

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Тихонова И.А./

МЕНЮ
2 февраля 2026 г.

Сад 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	8,38	7,82	42,35	274,45	0,83
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			480	16,27	14,03	73,75	461,50	60,90
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	205	5,73	5,11	9,23	115,60	1,43
Итого			205	5,73	5,11	9,23	115,60	1,43
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,55	3,08	1,74	37,91	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	3,79	3,94	11,96	98,58	3,70
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	11,12	10,86	42,63	302,79	0,00
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,94	91,61	72,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,60	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			681	18,17	18,69	89,34	600,79	75,70
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,96	4,10	19,27	120,62	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,73	2,14	4,19	118,73	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	0,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			465	17,52	17,45	79,30	551,54	0,00
Всего				57,69	55,28	251,62	1 729,43	138,03