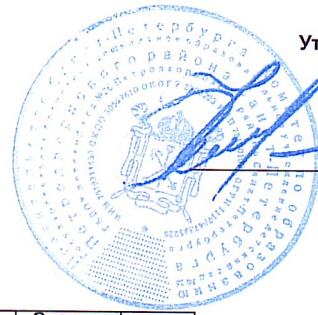




Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №26

/Костромцова С.С./

МЕНЮ
12 августа 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, батон нарезной из муки высшего сорта с микроулучшителями, витаминами.)	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, перец красный сладкий, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	200	9,40	3,50	33,14	197,90	50,31
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, лимоны свежие в/с., сахар белый кристаллический, вода питьевая)	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
Итого			430	11,22	12,12	52,18	360,13	51,46
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности тип 9 питьевой.)	200	2,94	5,00	13,05	90,34	1,40
Итого			200	2,94	5,00	13,05	90,34	1,40
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) (огурцы свежие в/с., перец красный сладкий, томаты свежие в/с., масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт, лук зеленый свежий, петрушка свежая (зелень), укроп свежий (зелень), соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт.)	50	0,52	2,55	1,79	32,70	20,98
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель продовольственный ранний (поступающий в продажу сразу после сбора до 01 сентября), капуста белокочанная свежая, морковь столовая свежая, высший сорт, лук репчатый свежий 1класс, томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра», масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт, вода питьевая, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, сметана 15% жирности, петрушка свежая (зелень), мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная.)	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02	7,22
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ (мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, батон нарезной из муки высшего сорта с микроулучшителями, витаминами, , вода питьевая, лук репчатый свежий 1класс, сметана 15% жирности, мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, томат- паста, содержание сухих веществ 25%, категория «экстра».)	70/25	5,09	8,68	6,01	145,80	0,46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроулучшителями.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки высшего сорта с микроулучшителями, витаминами.)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			705	18,91	21,29	91,39	629,99	28,75
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина б/к (задняя часть) замороженная, морковь столовая свежая, высший сорт, лук репчатый свежий 1класс, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт, мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, лавровый лист сухой.)	70	8,01	11,50	8,52	195,15	0,46
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (кабачки свежие, высший сорт, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, высший сорт.)	135	0,96	2,48	7,34	56,33	10,44
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (плоды шиповника сушеные, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	180	0,48	0,19	15,38	74,12	57,24
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроулучшителями.)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная, хлебопекарная, высший сорт, дрожжи хлебопекарные, молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности, соль поваренная пищевая йодированная, помол №1, 1 сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высший сорт.)	60	5,91	2,17	33,29	174,00	0,12
Итого			465	16,68	16,52	73,01	540,39	68,26
Всего				49,75	54,93	229,63	1 620,85	149,87

Калькулятор

Петрова Е.А.