

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ №17  
/Володько С.В./

# МЕНЮ

28 января 2026 г.

## Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                             | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                             | 30       | 1,64              | 8,70    | 10,93            | 128,59                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 17             | ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ                                                        | 190      | 9,53              | 13,47   | 5,07             | 180,60                                   | 45,12                 |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                  | 190/5    | 0,20              | 0,01    | 8,22             | 34,91                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                | 415      | 11,37             | 22,18   | 24,22            | 344,10                                   | 45,12                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 2              | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 %<br>ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ<br>ПИТЬЕВОЙ                       | 209      | 2,94              | 5,00    | 13,05            | 90,34                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                | 209      | 2,94              | 5,00    | 13,05            | 90,34                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 18             | САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ<br>СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ<br>СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) | 50       | 0,51              | 2,52    | 1,77             | 32,37                                    | 20,77                 |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ,<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180/15/5 | 5,82              | 10,13   | 5,47             | 139,29                                   | 8,02                  |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                                        | 70/70    | 21,73             | 21,94   | 5,05             | 182,21                                   | 0,41                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                                     | 130      | 7,35              | 4,98    | 33,26            | 206,99                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 19             | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                                    | 180      | 0,00              | 0,00    | 6,78             | 27,09                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                            | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                              | 30       | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                | 750      | 38,98             | 40,62   | 76,23            | 707,34                                   | 29,20                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 337                 | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ)<br>С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                              | 120      | 0,86              | 2,23    | 6,61             | 50,70                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 288                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ                                                     | 60/25    | 10,49             | 9,54    | 8,42             | 164,72                                   | 0,44                  |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                                    | 180      | 0,63              | 0,27    | 21,96            | 92,70                                    | 180,00                |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                            | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                | 455      | 18,44             | 14,11   | 74,43            | 500,29                                   | 180,44                |
| Всего                         |                     |                                                                                |          | 71,73             | 81,91   | 187,93           | 1 642,07                                 | 254,76                |

Медицинская сестра

Пруткова Ю.В.



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №17

/Володько С.В./

# МЕНЮ

28 января 2026 г.

Ясли 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                              | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                 |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                              | 20       | 1,29              | 2,87    | 8,32             | 64,25                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 17             | ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ                                                         | 110      | 6,22              | 8,39    | 3,09             | 113,22                                   | 27,25                 |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                   | 150/5    | 0,23              | 0,00    | 10,74            | 44,59                                    | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 285      | 7,74              | 11,26   | 22,15            | 222,06                                   | 27,93                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 20                  | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ<br>ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                                     | 188      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 188      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 18             | САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ<br>СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ<br>СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)  | 40       | 0,41              | 2,02    | 1,42             | 25,87                                    | 16,60                 |
| 2024                          | 26                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ,<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 4,36              | 5,70    | 5,74             | 94,85                                    | 8,12                  |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                                         | 50/30    | 15,35             | 15,05   | 3,64             | 126,96                                   | 0,61                  |
| 2024                          | 47                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                                                           | 110      | 3,44              | 4,04    | 20,97            | 122,74                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 19             | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                                     | 180      | 0,00              | 0,00    | 6,78             | 27,09                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 15       | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 46                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                               | 25       | 1,73              | 0,73    | 12,88            | 65,63                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 615      | 25,98             | 27,67   | 57,79            | 493,73                                   | 25,33                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 288/356             | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ                                                      | 50/20    | 8,76              | 10,18   | 7,43             | 159,92                                   | 0,45                  |
| 2008                          | 337                 | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ)<br>С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                               | 90       | 0,64              | 1,65    | 4,89             | 37,56                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ЦИПОВНИКА                                                     | 150      | 0,49              | 0,20    | 22,08            | 101,53                                   | 60,00                 |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 15       | 0,69              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 365      | 11,87             | 14,56   | 59,76            | 426,96                                   | 60,45                 |
| Всего                         |                     |                                                                                 |          | 48,69             | 57,99   | 147,80           | 1 215,75                                 | 113,71                |

Медицинская сестра

Пруткова Ю.В.