

Утверждаю

Заведующая  
ГБДОУ д/с № 63 Невского района  
Бурцева Д.С./

## МЕНЮ

28 апреля 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,04	0,44	11,03	42,21	1,96
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,40
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,26	6,78	27,16	178,71	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
2012	368	ЯБЛОКО (аллергии)	92	0,37	0,37	9,02	38,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>8,01</b>	<b>11,11</b>	<b>48,79</b>	<b>304,27</b>	<b>3,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	120	0,12	0,12	11,76	53,60	2,40
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>11,76</b>	<b>53,60</b>	<b>2,40</b>
<b>Обед</b>								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,28	0,04	0,89	4,98	3,55
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,92	6,43	22,87	143,11	0,44
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	30	7,98	5,36	0,00	81,10	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,38	5,75	11,64	108,21	8,46
2008	338	ОВОЩИ В СОУСЕ (аллергии)	120	2,02	3,46	9,90	79,30	7,71
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,30	0,23	10,92	52,52	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	7,03	3,10	17,26	125,22	7,35
<b>Итого</b>			<b>576</b>	<b>18,03</b>	<b>16,08</b>	<b>81,08</b>	<b>514,11</b>	<b>20,66</b>
<b>Полдник</b>								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	0,03	3,48	16,01	0,59
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,25
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,26	6,78	27,16	178,71	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	181	2,61	4,64	8,89	99,99	0,99
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>17,08</b>	<b>18,55</b>	<b>41,71</b>	<b>431,30</b>	<b>1,83</b>
<b>Всего</b>				<b>43,24</b>	<b>45,86</b>	<b>183,34</b>	<b>1 303,28</b>	<b>28,52</b>



Утверждаю

Заведующая

ГБДОУ д/с № 63 Невского района  
/Бурцева Д.С./

# МЕНЮ

28 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,25	2,79	15,54	91,17	1,71
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,26	6,78	27,16	178,71	0,00
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	TKN№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,97	0,24	9,09	46,06	38,38
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	97	0,39	0,39	9,57	42,86	3,88
<b>Итого</b>			<b>481</b>	<b>10,50</b>	<b>11,81</b>	<b>52,41</b>	<b>357,29</b>	<b>41,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
2008	442	ЯБЛОКО(аллергики)	96	0,21	0,21	5,18	24,83	5,28
<b>Итого</b>			<b>201</b>	<b>2,80</b>	<b>5,00</b>	<b>13,14</b>	<b>90,07</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,10	3,28	5,32	63,24	2,69
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,11	9,25	18,22	179,00	0,52
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	35	10,47	8,95	0,38	123,83	0,16
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,84	2,93	12,11	87,24	9,62
2011	317	ОВОЩИ В СОУСЕ (аллергики)	140	1,98	0,20	8,97	46,41	9,69
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,35	0,18	8,65	41,61	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,72	64,85	0,00
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	5,57	1,95	7,63	70,49	4,46
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,94	2,80	15,17	93,81	7,57
<b>Итого</b>			<b>686</b>	<b>22,12</b>	<b>18,40</b>	<b>78,69</b>	<b>565,80</b>	<b>17,45</b>
<b>Полдник</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,91	2,02	8,59	60,16	0,98
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	34	0,25	0,00	0,84	4,73	1,35
2024	TK № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,41	15,02	30,01	313,67	0,39
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,26	6,78	27,16	178,71	0,00
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	179	0,51	0,00	28,52	117,54	0,00
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	TK № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,49	0,57	10,18	51,88	0,00
<b>Итого</b>			<b>449</b>	<b>16,32</b>	<b>17,61</b>	<b>77,30</b>	<b>543,25</b>	<b>1,37</b>
<b>Всего</b>				<b>51,74</b>	<b>52,82</b>	<b>221,54</b>	<b>1 556,41</b>	<b>60,60</b>