



Согласовано
Заведующий
ГБДОУ №82
Харитسوнова И.П./

МЕНЮ

18 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТК№-1 89	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,5	7,9	39,3	274	0,5
2008	ТТК№-3 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
Итого			410	10,8	12	52,2	360	0,5
II Завтрак								
2008	ТТК№-4 35	РЯЖЕНКА	100	2,7	3	13	90	0,5
Итого			100	2,7	3	13	90	0,5
Обед								
2022	ТТК№-1 7	*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
ТТК	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	1,6	4,5	7,2	80	8,2
2024	268	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	9,6	12,3	10,3	173	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,9	19,5	117	0
2008	ТТК№-3 9	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			720	19	21,2	90,6	620	8,2
Уплотненный Полдник								
2024	ТТК№-2 83	ПЛОВ	200	11,2	14,9	22,5	253	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	24,4	103	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	ТТК№-4 79	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	3,1	2,8	14,1	100	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			550	16,8	18,6	79,3	544	0
Всего				49,3	54,8	235,1	1614	9,2



Заведующий
ГБДОУ №82
Итонова И.П./

МЕНЮ

19 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	4,2	10	69	0
2008	ТТК№-1 89	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,8	5,5	20,2	171	0
2008	ТТК№-4 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0
Итого			410	11,4	12,5	43,8	317	0
II Завтрак								
ТТК	435	КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,7	3	13	9С	0
Итого			105	2,7	3	13	90	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	0
2008	ТТК№-1 00	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	4,5	3,5	12,1	110	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,6	8,7	2,2	151	8,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3	4	24,9	138	0
2008	ТТК№-3 94	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			700	24,3	20,2	81,5	667	8,8
Уплотненный Полдник								
2008	ТТК№-2 24	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	160	7,1	11,6	36,9	279	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2012	9.1.5.2	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			480	16,2	18	78,3	540	10
Всего				54,6	53,7	216,6	1614	18,8

Заведующий
ГБДОУ №82
/Харитонов И.П./

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	50	1	1,8	3	23	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	5,3	4,9	22,2	193	0
2008	ТТК№-2 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,3	1,2	20	82	0
Итого			415	10,8	12	52,2	360	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	0
Обед								
2012	ТК№-15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,3		1,3	7	2,5
2008	ТТК№-6 5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	1,4	2,1	13,2	66	0
2008	ТТК№-2 59	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	8,5	11,8	20,3	230	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5	3,7	29,2	175	0
2008	ТТК№-3 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			670	18,2	18,4	88,7	595	2,5
Уплотненный Полдник								
2016	ТТК№-2 92	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,6	16,1	28,6	328	11,52
2008	ТТК№-3 3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	5,5	4,3	38,7	191	0
Итого			470	18,5	20,6	81,6	583	11,52
Всего				47,9	51,4	232,3	1585	14,02

Согласовано

Заведующий

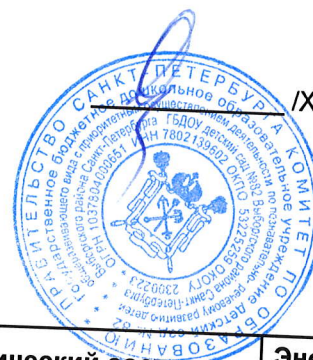
ГЕДОУ №82

/Харито-юва И.П./

МЕНЮ

21 мая 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,6	0,6	14,8	70	0
2008	ТТК№-1 89	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	6,6	9,1	15,5	173	0
2008	ТТК№-4 3	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,3	22	120	0
Итого			400	10,8	12	52,3	360	0
II Завтрак								
2012	9.1.4.1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	8,1	43	0
Итого			100	0,9	0,2	8,1	43	0
Обед								
2008	43	*САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50		7,6	6	96	0
2008	ТТК№-5 7	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	2,3	5,5	10,6	106	7,36
2024	259	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	7,7	5	16,7	100	0
2012	ТТК№-3 44	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	1,8	4,5	10,6	90	0
2008	ТТК№-3 94	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			730	17,7	24,3	92,5	667	7,36
Уплотненный Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	13,5	11,6	23,5	250	30
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,5		29,7	122	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2022	ТТК№-2 6	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,6	6,2	22	149	0
Итого			440	18	18	83,7	562	30
Всего				47,4	54,5	236,6	1632	37,36

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ №82
Харитонов И.П./**МЕНЮ**
22 мая 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	40	4	5	15,5	102	0
2008	ТТК№-1 90	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	3,6	4,4	12,9	18	0
2008	ТТК№-4 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0
Итого			420	10,8	12,2	42	360	0
II Завтрак								
2008	ТТК№-4 35	РЯЖЕНКА	100	2,7	3	13	90	0,5
Итого			100	2,7	3	13	90	0,5
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	0
2008	ТТК№-7 3	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	4,8	5,4	13,2	119	0
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	5,2	8,7	7,3	128	0,5
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,9	19,5	117	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			710	18,8	21	89,5	621	4,1
Уплотненный Полдник								
2008	ТТК№-3 06	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	19,8	17,4	15,3	299	21,9
2008	ТТК№-3 9	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	ТТК№-4 77	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,9	5	34	208	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			550	26,6	23,1	91,2	692	21,9
Всего				58,9	59,3	235,7	1763	26,5

Заведующий
ГБДОУ №82
/Харитонов И.П./

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТК№-1 89	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,2	8,6	21,2	214	0
2008	ТТК№-3 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
Итого			410	10,5	12,7	34,1	300	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	0
Обед								
2022	ТТК№-1 7	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2008	ТТК№-8 1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200	4,6	6,6	26,5	165	0
2008	ТТК№-2 40	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	8,8	14,5	28,3	200	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,4	87	0
2008	ТТК№-3 94	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			720	21,5	22,9	112,7	734	0
Уплотненный Полдник								
2008	ТТК№-2 61	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,9	6,7	9,9	105	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	5,6	4,6	13,5	143	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2022	ТТК№-2 6	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,6	6,2	22	149	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	24,4	103	0
Итого			440	16,2	18	78,3	541	0
Всего				48,6	54	234,9	1622	0



МЕНЮ

26 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	4,2	10	69	0
2008	ТТК№-1 89	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,8	5,5	20,2	171	0
2008	ТТК№-4 3	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,3	22	120	0
Итого			410	10,8	12	52,2	360	0
II Завтрак								
ТТК	435	КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,7	3	13	90	0
Итого			105	2,7	3	13	90	0
Обед								
2008	ТТК№-5 1	*ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,7	5	3,3	62	0
2008	ТТК№-7 6	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	4,6	5,7	30,6	179	0
2008	ТТК№-3 11	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,6	14,3	21,5	250	0
2008	ТТК№-4 2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,2	0,2	21,5	89	1,6
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			670	19	26	95,7	673	1,6
Уплотненный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	ТТК№-1 29	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	1,5	0,1	11	35	0
2008	ТТК№-4 71	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	6,8	13	44,2	336	0
2008	ТТК№-3 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
Итого			470	16,2	18	78,4	540	0
Всего				48,7	59	239,3	1663	1,6

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ №82
Харитонова И.П./

МЕНЮ

27 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И ДЖЕМОМ	40	3,1	3	15,4	75	0
2008	ТТК№-1 89	КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,6	6,2	23,2	208	0
2008	ТТК№-4 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0
Итого			420	10,9	12	52,2	360	0
II Завтрак								
2008	ТТК№-4 35	РЯЖЕНКА	100	2,7	3	13	90	0,5
Итого			100	2,7	3	13	90	0,5
Обед								
2012	ТТК№-1 3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,3		1,5	8	4,97
2008	ТТК№-7 7	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	4	4,6	5,3	97	0
2008	ТТК№-2 57	МЯСО ТУШЕНОЕ	70	5	11,6	12,1	137	0
2012	ТТК№-2 05	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	6	2,3	38,3	198	0
2008	ТТК№-3 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			710	21,1	20	100,7	651	4,97
Уплотненный Полдник								
2008	ТТК№-2 24	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	160	7,1	11,6	36,9	279	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2012	9.1.5.2	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			480	16,2	18	78,3	540	10
Всего				50,9	53	244,2	1641	15,47

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ №82
Харитонова И.П./**МЕНЮ**
28 мая 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	50	1	1,8	3	23	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	5,3	4,9	22,2	193	0
2008	ТТК№-2 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,3	1,2	20	82	0
Итого			415	10,8	12	52,2	360	0
II Завтрак								
2012	9.1.4.1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	8,1	43	0
Итого			100	0,9	0,2	8,1	43	0
Обед								
2012	ТК№-15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,3		1,3	7	2,5
2008	ТТК№-5 7	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	2,3	5,5	10,6	106	7,36
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	9	4,1	10,5	115	0,8
2012	ТТК№-3 44	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	1,8	4,5	10,6	90	0
2008	ТТК№-4 5	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	16	67	0
2022	ТК№-16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			730	19,5	15,7	86,6	572	10,66
Уплотненный Полдник								
2022	ТТК№-1 8	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,5	3	2,3	38	12
2016	ТТК№-2 92	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(ПТИЦА)	200	9,3	13,5	25,3	285	0
2008	ТТК№-3 94	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	ТТК№-4 51	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	75	6,1	4,4	34,5	132	0
Итого			525	17,5	21,3	81,6	584	12
Всего				48,7	49,2	228,5	1559	22,66

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ №82

/Харитонов И.П./

МЕНЮ
29 мая 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	40	3,9	11,9	10,4	164	0,1
2008	ТТК№-1 89	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,7	7	30,8	234	0
2008	ТТК№-3 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
Итого			420	10,7	18,9	47,1	422	0,1
II Завтрак								
2012	9.1.5.2	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	30	*САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,6	3,8	3	47	0
2008	ТТК№-6 5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	1,4	2,1	13,2	66	0
2016	ТТК№-2 99	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,4	24,4	10,7	296	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	144	10,3
2008	ТТК№-4 8	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			710	18,1	36,9	99,1	787	10,3
Уплотненный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	ТТК№-2 05	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	6	2,3	38,3	198	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	ТТК№-4 64	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	6,3	10,9	16,1	137	0
Итого			430	19,7	18,2	81,4	516	3,6
Всего				50	74,5	248,6	1821	24