



МЕНЮ

12 января 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
ТТК	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	150	5	5,3	27,5	192	0
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		6,2	26	0
Итого			360	8,4	9,4	40,7	280	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
ТТК	17	*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	40	0,3		0,7	5	0
ТТК	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень))	180	1	2,5	4,6	45	6,8
ТТК	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба филе в ассортименте, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), молоко сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	60	7,9	9,9	7	122	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,3	2,3	15,6	93	0
ТТК	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,6	97	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшенично-мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			620	14,5	15,6	70,3	455	6,8
Уплотненный Полдник								
ТТК	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка птицы (филе), масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	160	7,2	10,6	8,6	151	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,6	0,2	20	86	0
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье овсяное)	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			350	10,7	13	52	361	0
Всего				34	38,4	172,8	1143	16,8

Повар

Тараканова. Т.А. /Рязанова. Е.Ю

Заведующий
ГБДОУ № 107
/Доля Г.В./

Повар

Тараканова. Т.А. /Рязанова. Е.Ю

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 107
/Доля Г.В./

МЕНЮ

14 января 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консерв., соль йодированная)	40	0,8	1,5	2	19	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	3,1	2,6	11,6	117	0
ТТК	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар глюкоз., молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	1,3	1,2	20	82	0
Итого			380	8,4	9,4	40,6	280	0
II Завтрак								
	ТК№0 45	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,4		25	102	0
Итого			180	0,4		25	102	0
Обед								
2008	40	*САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,8	2,2	3,2	33	0
ТТК	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист, говядина б/к, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))	180	1,2	2	9,1	53	0
ТТК	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	60	6,2	9,3	15	154	0
ТТК	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	2,9	1,8	15,9	110	0
ТТК	035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			600	14,1	16,1	67,9	467	0
Уплотненный Полдник								
ТТК	206	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(ПТИЦА) (грудка птицы (филе), картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая)	160	7,2	10,8	19	220	0
ТТК	436	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180			5,8	23	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая, яйца куриные (шт.), творог 5,0% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	4	3,1	27,6	136	0
Итого			410	12,6	14,1	60,9	420	0
Всего				35,5	39,6	194,4	1269	0

Повар

Тараканова. Т.А. /Рязанова. Е.Ю

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 107
/Доля Г.В./

МЕНЮ

15 января 2026 г.
Ясли 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,6	0,6	14,8	70	0
ТТК	189	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	4,2	6,5	3,8	90	0
ТТК	443	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,6	2,3	22	120	0
Итого			360	8,4	9,4	40,6	280	0
II Завтрак								
2012	9.1.4.1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43	0
Итого			100	0,9	0,2	8,1	43	0
Обед								
2008	43	*САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	40		6	5,8	62	0
ТТК	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, лавровый лист, чеснок, бройлеры (ц-плата) 1 категории)	180	2,8	4,2	6,7	75	0
ТТК	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба филе в ассортименте, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода- питьевая)	70	6,4	5,1	16	119	0
ТТК	129	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (морковь, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	120	1,9	2,5	9	67	7,5
ТТК	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,2	0,2	11	88	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			650	15,5	18,9	75,8	545	7,5
Уплотненный Полдник								
2008	241	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (грудка птицы (филе), батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,7	5	3,5	74	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	5,2	4,2	12,5	113	0
2012	11.1.1. 11	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок в ассортименте 0,2)	150	0,5		24,8	102	9
ТТК	26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье овсяное)	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			340	11,9	11,2	55,7	372	9
Всего				36,7	39,7	180,2	1240	16,5

Повар

Тараканова. Т.А. /Рязанова. Е.Ю

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 107
/Доля Г.В./

МЕНЮ

16 января 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30	2,6	3,4	8,7	79	0
ТТК	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (крупа рисовая, пшено, воде питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное не-оленое, сахар песок, соль йодированная)	150	2,6	3,2	18,3	124	0
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, чай черный Байховый, сахар песок)	180	0,2		6,2	26	0
Итого			360	5,4	6,6	33,2	229	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЬ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	40	0,6	2,1	3,3	37	0
ТТК	73	РАССОЛЬНИК С ГСВЯДИНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, говядина б/к)	180	4	5,1	7,6	93	3,8
ТТК	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (грудка птицы (филе), лук репчатый, морковь, соль йодированная, вода питьевая)	60	15,4	15,5	0,5	204	0,8
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,3	2,3	15,6	93	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 0,2)	180	0,5		29,7	122	10,8
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН ИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			620	25,7	25,8	75,5	642	15,4
Уплотненный Полдник								
2008	30	*САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	40	0,4	2,9	2,2	37	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	40	5,1	4,6	0,3	63	0
ТТК	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,1	1,8	20,4	95	0
ТТК	-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	150	0,1		4	17	0
ТТК	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,9	5	34	208	0
Итого			400	12,6	14,3	60,9	420	0
Всего				44,1	47,1	179,4	1338	25,4

Повар

Тараканова. Т.А. /Рязанова. Е.Ю