Заведующий ГБДОУ № 107 ____/Доля Г.В./

МЕНЮ 1 декабря 2025 г.

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда		Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
		Завтр	ак					
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ М ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.м./ха высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несог еное)	40	3,1	3	15,4	75	0
ттк	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, молоко ластер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,2	8,6	21,2	214	0
ттк	035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар г есок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого	-		520	10,8	12	52,3	360	10
		ІІ Завт	рак					
TTK	435	КЕФИР С САХАРОМ (кефир 2,5 % жирности, сахар тесок)	100/5	2,7	3	13	90	0
Итого			105	2,7	3	13	90	0
		Обед	4					
ттк	17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4	$\Pi = \Pi$	0,9	7	0
ттк	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинировано∈ вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог, микронутоментами)	200	4,6	6,6	26,5	165	0
ттк	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба филе в ассортименте, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	80	7,5	12,7	15,4	138	0
ттк	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодировавная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	130	1,8	0,1	8,4	87	0
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-ПШЕ-ПИЧНЫЙ 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)	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			700	18,9	21	91,3	631	0
		Уплотненный	і Полдни	IK				
ттк	282	ЗАПЕКАНКА КАРТСФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированое, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	200	10,2	11,2	14,9	207	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок вода питьевая)	180	0,7	0,3	24,4	103	0
ттк	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог, микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	C
ттк	26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье овсяное)	40	3	3,9	29,8	167	C
Итого			460	16,6	15,7	86,1	559	
Всего				49	51,7	242,7	1640	10

Заведующий ГБДОУ № 107 ___/Доля Г.В./

МЕНЮ

2 декабря 2025 г.

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименювание блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	С, мг
		Завтр	ак					
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫР ОМ (сыр российский, батон нарезный пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,4	4,2	10	69	0
ттк	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, маслю сладко-сливочное несоленое)	200	4,2	5	28,6	214	C
ттк	040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар пэсок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	2,8	13,6	77	C
Итого			410	10,8	12	52,2	360	
		II Завт	рак					
TTK	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЬ Й (йогурт 2,5 % жирности)	120	2,7	3	13	90	0
Итого			120	2,7	3	13	90	(
		Обе,	φ.					
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВ Л И ЯБЛОК (морковь, яблоки, масло подсо тнечное рафинированое)	50	0,4	0,1	4,5	41	C
ттк	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинирсваное, вода питьевая, соль	200	4,6	5,7	30,6	179	C
ттк	304	йодированная, сметана 15% ж ярности, лавровый лист, говядина б/к) ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка птицы (филе), масло п одсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	200	10,6	14,3	21,5	250	(
ттк	045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сазар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,4	0,1	16	67	(
TTK	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог, микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	
TTK	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	
Итого			670	18,9	21	91,4	630	
		Уплотненный	і Полдни	IK				
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питывая, соль йодированная)	40	5,1	4,6	0,3	63	Hy
ттк	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (морковь, тыква, горошек зелечый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода литъвая, масло подсолнечное рафинированое, муха пшенич∎ая высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	150	2,1	2,5	9,9	72	7,
ттк	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолжению	50	5,9	12,8	36	293	
TTK	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕ-ПИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-лшеничный обог, эмихронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	
ттк	035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар лесок, вода литьевая)	180	0,1		5,9	24	
2012	TTK №9.1. 4.1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43	
Итого	1 -250		560	16,8	20,4	77,2	577	7,
Bcero			1	49,2	56,4	233,8	1657	7,

Заведующий ГБДОУ № 107 /Доля Г.В./

МЕНЮ 3 декабря 2025 г.

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименсвание блюда	B	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
		Завтр	ак					
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 ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы, соль йодированная)	50	1	1,8	3	23	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	150	5,3	4,9	22,3	193	0
ттк	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТСК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	1,3	1,2	20	82	0
Атого		I mine Stany	410	10,8	12	52,3	360	0
		ІІ Завті	рак					
ттк	435	КЕФИР С САХАРОМ (кефир 2,5 % жирности, сахар песок)	100/5	2,7	3	13	90	0
Итого			105	2,7	3	13	90	0
		Обед	ц.					
2008	30	*САЛАТ "СТЕПНОЙ" 43 РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая)	50	0,6	3,8	3	47	0
ттк	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), лекровый лист, бройлеры (цыплята) 1 категории)	200	4	4,6	5,3	97	0
ттк	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (говядина б/к, морковь, лук рвпчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная пасть, мука пшенкчная высш,сорт, вода питьевая, соль йодированная)	70	6,4	8,4	7	102	.0
ттк	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макарочные изделия высш.сор-, масло сладко-сливочное несоленов, соль йодированная, вода литьетая)	130	3,6	3,2	26	145	0
ттк	042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал кэртофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,1	0,1	22,7	105	C
TTK	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог, мыкронутривнтами)	40	2,7	0,3	17	82	(
ттк	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен,муха высш.сорт обог, микронутриентами)	20	1,5	-	1 100		
Итого			690	18,9	21	91,3	630	0
		Уплотненный	і Полдни	IK				
ттк	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДЕИМ) (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, соль йодирован ная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода	150	7,1	11,6	36,9	279	C
2008	434	питьевая, ванилин) МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113	(
2012	9.1.5.2	(молоко пастер. 2,5% жирности БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	100	1,5	0,5	21	96	10
ттк	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной лшен.мука высш.сорт обог, микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	
Итого			470	16,2	18	78,	3 540	10
Bcero				48,6	54	234,9	1620	10

Заведующий ГБДОУ № 107 /Доля Г.В./

МЕНЮ 4 декабря 2025 г.

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	С, мг
-		Завтр	ак					
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезное пшен.мука высш.сорт обог, микронутриентами)	30	3,4	4,2	10	69	0
ттк	189	КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вод⊋ питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	3,8	5,2	21,4	185	0
ттк	040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	2,8	13,6	77	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			510	10,8	12,6	54,8	378	10
		II Завт	рак					
TTK	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ (йогурт 2.5 % жирности)	120	2,7	3	13	90	0
Итого			120	2,7	3	13	90	0
		Обед	1					
TTV	17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	1 - 1 - 2 - 2	6.4		0.0	- 4	-
TTK	-17	(огурцы соленые)	50	0,4		0,9	7	0
ттк	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (свехла, капуста белокочанная, вартофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, соль йодированн—я, сметана 15% жирности, лавровый лист, чеснок, бройлеры (цыплята) 1 категории)	200	3,5	5	8,9	96	0
ттк	228	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба филе в ассортименте, батэн нарезной пшен.мука высш.сорт обог, микронутриентами, вода пвтъевая, сухари панировочные, сопь йодированная, масло подсолне-ное рафинированое)	80	5,1	9,9	32,3	209	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, зода питьевая)	130	5,6	4,6	13,5	143	0
ттк	035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар лесок, вода литьевая)	180	0,1		5,9	24	0
ттк	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. мекронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
ттк	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нареаной пшен мука высц.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого		h	700	18,9	20,4	88,8	613	0
		Уплотненный	Полдни	К				
2008	40	*САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчаты», сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	50	1	2,6	3,9	42	0
ттк	206	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШ НЕМУ (ПТИЦА) (грудка птицы (филе), картофел», морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, жоматная паста, соль йодированная, вода питьевая)	200	9,3	13,6	25,3	285	0
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, м∎кронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ттк	451	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ (муха пшеничная высш.сорт, сажар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, джем, яйца куривые (шт.), масло подсолнечное рафинированое)	75	4,3	1,5	29,6	85	0
Итого	_	Feedhamboogg(pgs)	525	16,2	18,1	78,3	541	0
Bcero				48,6	54,1	234,9	1622	10

Заведующий ГБДОУ № 107 ____/Доля Г.В./

МЕНЮ 5 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наим∋нование блюда		Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
- 41-		Завтр	ак			_=		
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖ:ЕМОМ (джем, батон нарезной пшен-мука высш.сорт обог, микронутриентами)	30	1,6	0,6	14,8	70	C
ттк	189	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, масло слад:о-сливочное несоленое, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	200	6,6	9,1	15,5	170	(
ттк	443	КАКАО С МОЛОКСМ (какао-порошок, сахар песо+, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,6	2,3	22	120	(
Итого			410	10,8	12	52,3	360	
-1-		II Завт	оак					
ттк	435	КЕФИР С САХАРСМ (кефир 2,5 % жирности, сахар песок)	100/5	2,7	3	13	90	
Итого			105	2,7	3	13	90	(
		Обед	i -					
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая)	50	0,8	2,9	4	46	C
ттк	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук ретчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинирован-ре, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, говядина б/к, яйца куриные (шт.))	200	3,9	5,6	12,6	125	C
ттк	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (грудка птицы (филе), яйца «уриные (шт.), соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 2,3% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	70	7	6,4	15	138	C
ттк	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (З-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, тыква, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечшое рафинированое, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, токатная паста)	150	2,3	7	14,5	130	10,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 1л)	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
ттк	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	105	(
ттк	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обег, микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	(
Итого			710	19,3	23,5	93,4	662	14
		Уплотненный	Полдни	K				
ттк	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахэр песок, лимонная кислота)	180	0,2	0,2	11	88	(
ттк	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая)	200	10,4	14,3	26,5	251	
ттк	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный об∎г. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	(
ттк	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сор¬, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, вада питьевая, масло подсолнечное рафинированое)	50	4,2	3,3	32,3	160	
Итого			450	16,2	18	78,3	540	
Beero	Scero				56,5	237	1652	1

Повар Жар