

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

1 апреля 2026 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,12	5,67	15,44	127,10	0,06
2021	235	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,83	3,62	19,85	131,80	0,52
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,85	23,76	0,02
Итого			370	9,03	9,29	41,14	282,66	0,60
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	140	4,06	3,50	6,72	75,60	1,82
Итого			140	4,06	3,50	6,72	75,60	1,82
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	2,88	2,01	35,84	0,60
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	6,81	5,81	15,16	140,75	4,99
2008	308	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	160	11,39	13,98	12,27	221,10	14,98
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗИОМ)	150	0,17	0,04	10,76	44,41	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	19,55	22,81	45,32	466,90	20,57
Уплотненный Полдник								
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	7,50	3,40	3,23	72,78	0,45
2021	423	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	1,69	2,78	3,49	45,56	0,00
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2,14	2,79	17,40	103,46	8,80
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,45	2,07	9,50	67,14	0,42
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	75,90	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	95	0,38	0,38	9,33	44,72	9,52
Итого			465	16,41	12,29	58,37	409,56	19,19
Всего				49,05	47,89	151,55	1 234,72	42,18

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

1 апреля 2026 г.

Сад 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,20	7,53	18,02	158,13	0,08
2021	235	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,97	5,94	24,28	175,25	0,62
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,95	28,20	0,02
Итого			410	11,27	13,47	49,25	361,58	0,72
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
Итого			180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,63	2,98	3,35	43,38	1,00
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	9,34	9,22	19,82	200,27	5,07
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	15,16	17,37	22,12	306,22	16,76
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	180	0,24	0,06	13,80	57,13	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	26,37	29,76	65,49	637,98	22,83
Уплотненный Полдник								
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	10,43	4,60	5,73	105,00	0,50
2021	423	СОУС ПОЛЬСКИЙ	30	2,31	3,69	6,87	69,68	0,00
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	2,55	4,51	20,59	133,40	10,40
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,40	2,89	11,98	88,36	0,58
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	75,90	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Итого			540	21,34	16,96	70,40	519,37	21,49
Всего				64,20	64,69	193,78	1 616,13	47,38