

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С. В./

МЕНЮ

3 июня 2026 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ 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	40	3,77	5,10	16,50	124,52	0,04
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,71	2,84	16,18	105,66	0,42
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,68	2,18	10,65	73,57	0,47
Итого			370	10,16	10,12	43,33	303,75	0,93
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	140	3,94	3,40	6,52	73,33	0,73
Итого			140	3,94	3,40	6,52	73,33	0,73
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,27	2,88	0,81	30,23	1,76
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	150	5,87	6,12	11,83	126,55	13,61
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	8,33	5,97	1,54	83,23	0,26
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	4,05	5,94	21,80	157,34	9,91
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	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	19,49	21,05	51,86	476,56	25,54
Уплотненный Полдник								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50	6,58	6,82	9,92	127,08	0,34
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110/30	2,95	4,56	16,85	120,08	4,58
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,85	23,76	0,02
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	101,20	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,36	0,36	8,82	42,32	9,00
Итого			480	12,97	12,90	62,00	414,44	13,94
Всего				46,56	47,47	163,71	1 268,08	41,14

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

МЕНЮ

3 июня 2026 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ 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	5,17	7,41	19,54	162,73	0,07
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,57	4,29	18,96	133,32	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,01	2,43	12,55	84,73	0,52
Итого			410	12,75	14,13	51,05	380,78	1,11
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	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,47	2,92	1,38	33,67	3,18
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	180	7,93	8,40	12,58	158,33	14,83
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	12,24	5,67	2,47	110,09	0,42
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,85	3,38	5,42	55,45	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,44	6,20	23,22	167,06	10,44
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	180	0,22	0,05	13,20	54,53	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			700	27,15	26,75	64,67	610,13	28,87
Уплотненный Полдник								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	10,71	10,00	14,90	192,02	0,34
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130/30	3,24	4,59	18,56	128,34	5,38
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	7,02	28,47	0,02
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,64	1,41	24,93	122,71	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Итого			570	18,09	16,40	75,20	518,51	15,73
Всего				63,21	61,78	199,56	1 606,62	48,05