

Утверждаю

*И.О. Зав.*

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

# МЕНЮ

4 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,65	3,54	18,01	111,41	0,00
2021	212	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ЖИДКАЯ	150	4,05	3,73	15,68	113,00	0,42
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,87	2,18	10,84	74,24	0,47
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,37</b>	<b>9,45</b>	<b>44,53</b>	<b>298,65</b>	<b>0,89</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,44	72,04	0,39
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>3,94</b>	<b>3,40</b>	<b>5,44</b>	<b>72,04</b>	<b>0,39</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,44	2,99	2,56	38,87	1,20
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ГОВЯДИНОЙ	150	6,82	6,96	9,68	128,42	10,98
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160/20	14,86	9,31	18,74	230,98	8,25
2012	378	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150	0,13	0,02	12,43	50,63	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>22,85</b>	<b>19,38</b>	<b>48,53</b>	<b>473,70</b>	<b>20,43</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2011	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	110	10,61	12,90	14,61	218,79	1,24
2012	362/1	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ ПОВИДЛА	40	0,08	0,00	15,75	63,33	0,04
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	6,08	24,58	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,36	0,36	8,83	42,37	9,01
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,57</b>	<b>15,08</b>	<b>59,45</b>	<b>428,03</b>	<b>10,31</b>
<b>Всего</b>				<b>48,73</b>	<b>47,31</b>	<b>157,95</b>	<b>1 272,42</b>	<b>32,02</b>

Утверждаю



Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

**МЕНЮ**

4 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,80	138,60	0,00
2021	212	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ЖИДКАЯ	180	4,73	4,99	17,17	133,13	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,29	2,67	12,94	89,68	0,57
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>11,05</b>	<b>12,95</b>	<b>50,71</b>	<b>361,41</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,53	0,50
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,06</b>	<b>4,37</b>	<b>6,98</b>	<b>92,53</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,73	2,96	4,27	46,54	2,00
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ГОВЯДИНОЙ	180	8,20	9,61	12,89	171,50	14,13
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И СМЕТАНЫМ СОУСОМ	200/20	18,39	12,77	29,70	324,22	10,91
2012	378	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	180	0,16	0,02	13,35	54,52	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>28,48</b>	<b>25,49</b>	<b>66,61</b>	<b>627,78</b>	<b>27,04</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2011	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,51	14,93	19,14	271,66	1,49
2012	362/1	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ ПОВИДЛА	50	0,13	0,00	23,76	95,51	0,06
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,53	30,50	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПРЯНИКИ	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>16,86</b>	<b>16,70</b>	<b>82,07</b>	<b>551,21</b>	<b>11,58</b>
<b>Всего</b>				<b>61,45</b>	<b>59,51</b>	<b>206,37</b>	<b>1 632,93</b>	<b>40,21</b>