

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

4 июня 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,31	5,01	15,66	114,27	0,00
2008	б/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,57	0,04	1,19	7,37	0,76
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,54	7,63	4,54	117,61	0,48
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,55	2,13	9,49	68,08	0,42
Итого			345	12,97	14,81	30,88	307,33	1,66
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,79	0,16	15,83	67,38	1,29
Итого			160	0,79	0,16	15,83	67,38	1,29
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	30	0,45	3,02	2,49	38,11	0,96
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	150	4,67	2,36	15,34	102,04	5,33
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	8,45	9,75	6,15	148,02	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,23	4,39	20,56	134,64	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И КУРАГИ	150	0,35	0,10	12,02	50,99	0,89
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	17,95	19,72	61,68	497,60	7,19
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,81	12,51	13,44	240,87	0,29
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,86	2,28	5,58	46,45	0,16
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,75	23,25	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	95	0,77	0,17	6,91	36,68	51,18
Итого			395	20,24	15,87	38,77	386,73	51,65
Всего				51,95	50,56	147,16	1 259,04	61,79

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

МЕНЮ

4 июня 2026 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,05	5,30	20,70	139,11	0,00
2008	б/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,85	0,06	1,78	11,00	1,13
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9,02	8,84	5,08	136,48	0,53
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,41	2,88	11,90	88,05	0,58
Итого			405	16,33	17,08	39,46	374,64	2,24
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	50	0,75	2,97	4,14	46,55	1,50
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	180	4,88	3,99	15,83	118,90	5,52
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	12,20	15,20	6,36	210,73	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,51	4,54	28,76	173,98	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И КУРАГИ	180	0,42	0,12	14,81	62,86	1,09
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	23,76	26,95	76,10	644,02	8,22
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,29	16,83	15,70	301,58	0,33
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,86	2,34	6,58	50,98	0,16
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,79	27,52	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,81	0,18	7,26	38,55	53,79
Итого			480	24,50	20,97	50,51	497,59	54,30
Всего				65,46	65,17	183,70	1 591,33	66,20