

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

# МЕНЮ

5 июня 2026 г.

Ясли 10,5 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	3,85	5,38	18,38	128,86	0,04
2021	230	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,90	3,57	20,86	134,57	0,57
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,88	23,85	0,02
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>8,83</b>	<b>8,95</b>	<b>42,92</b>	<b>285,28</b>	<b>0,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	140	3,95	3,40	5,44	72,10	0,39
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>3,95</b>	<b>3,40</b>	<b>5,44</b>	<b>72,10</b>	<b>0,39</b>
<b>Обед</b>								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,23	3,11	0,73	31,82	1,20
2008	76	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	6,64	5,92	16,49	146,44	12,68
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,59	9,35	5,00	141,79	0,39
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	110	3,11	4,82	14,00	111,58	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	150	0,16	0,09	10,35	43,48	0,80
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>20,53</b>	<b>23,39</b>	<b>51,69</b>	<b>499,89</b>	<b>15,07</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	8,36	5,67	1,57	90,75	0,26
2012	334	МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110/30	2,70	4,25	14,52	108,39	2,21
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,88	23,85	0,02
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,32	4,15	26,97	166,28	0,16
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,36	0,36	8,82	42,29	9,00
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>16,82</b>	<b>14,43</b>	<b>57,76</b>	<b>431,56</b>	<b>11,65</b>
<b>Всего</b>				<b>50,13</b>	<b>50,17</b>	<b>157,81</b>	<b>1 288,83</b>	<b>27,74</b>

Утверждаю

Заведующий

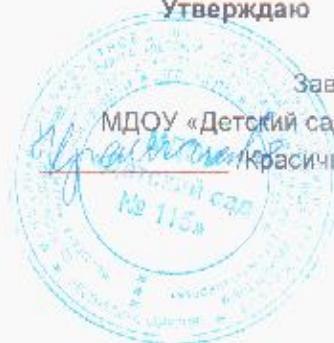
МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

# МЕНЮ

5 июня 2026 г.

Сад 10,5 часов



Сборник рецептов	№ 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	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,63	7,89	19,52	168,97	0,08
2021	230	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,67	5,68	22,59	164,38	0,88
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,06	28,61	0,02
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>11,40</b>	<b>13,57</b>	<b>49,17</b>	<b>361,96</b>	<b>0,78</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,55	0,50
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,06</b>	<b>4,37</b>	<b>6,98</b>	<b>92,55</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	2,87	1,21	32,22	2,00
2008	76	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	7,62	6,27	21,87	175,29	16,58
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,87	12,89	7,50	196,26	0,52
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130	5,53	5,45	24,95	170,63	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	180	0,18	0,11	12,59	52,77	1,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>27,59</b>	<b>27,72</b>	<b>74,52</b>	<b>658,17</b>	<b>20,10</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	10,59	6,81	2,50	113,80	0,38
2012	334	МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,84	4,16	15,68	113,02	2,61
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,06	28,61	0,02
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	7,55	8,91	38,68	247,12	0,21
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,36	0,36	8,82	42,30	9,00
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>21,44</b>	<b>18,24</b>	<b>72,74</b>	<b>544,95</b>	<b>12,23</b>
<b>Всего</b>				<b>65,49</b>	<b>63,90</b>	<b>203,41</b>	<b>1 657,63</b>	<b>33,61</b>