

Утверждаю



Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

МЕНЮ

22 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	3,64	3,07	15,69	105,59	0,47
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,55	10,39	77,29	0,52
Итого			365	8,92	10,62	41,54	296,18	0,99
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	140	3,95	3,40	5,44	72,06	0,39
Итого			140	3,95	3,40	5,44	72,06	0,39
Обед								
2008	б/н	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,55	2,60	2,25	34,73	0,84
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	125/25	5,54	4,89	7,37	95,70	3,57
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,73	6,88	3,98	134,58	6,14
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,21	2,05	20,54	113,47	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И КУРАГИ	150	0,33	0,10	12,05	51,09	0,89
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	18,96	86,80	0,00
Итого			530	24,01	16,87	63,15	516,37	11,44
Уплотненный Полдник								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,12	6,66	15,45	136,03	0,06
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,56	4,71	15,73	116,55	12,74
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,82	23,57	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	95	0,38	0,38	9,32	44,72	9,51
Итого			445	8,58	13,57	60,50	399,83	22,33
Всего				45,46	44,46	170,63	1 284,44	35,15

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С. В./

МЕНЮ

22 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		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,60	138,80	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	4,46	5,08	20,26	145,18	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,40	2,86	12,13	88,81	0,57
Итого			405	10,89	13,23	52,99	372,59	1,09
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,50	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,50	0,50
Обед								
2008	б/н	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,92	4,32	3,73	57,75	1,40
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	6,73	6,94	9,68	128,17	4,73
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	15,21	8,73	7,03	180,80	8,23
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	1,29	1,59	7,12	47,92	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,50	2,85	28,81	159,04	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И КУРАГИ	180	0,40	0,12	15,06	63,72	1,10
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			700	30,05	24,68	77,83	668,40	15,47
Уплотненный Полдник								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,81	8,82	20,60	182,14	0,08
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,45	6,49	20,61	156,13	17,14
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	7,08	28,70	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	47,05	10,01
Итого			530	11,48	17,08	79,93	520,53	27,25
Всего				57,48	59,36	217,73	1 654,02	44,31