

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

7 апреля 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	138,60	0,00
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	5,02	4,51	20,31	142,76	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,37	2,84	12,04	88,22	0,57
Итого			405	11,42	12,64	52,95	369,58	1,14
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	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,51	2,85	1,49	35,58	1,34
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180	13,33	8,04	22,64	216,47	5,38
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,32	16,76	25,50	310,88	13,58
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,72	30,86	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	29,16	27,88	63,75	624,79	20,30
Уплотненный Полдник								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (1ШТ)	40	4,96	4,49	0,27	61,28	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,86	6,27	8,77	104,98	23,96
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	7,92	32,06	0,02
2008	467	БУЛОЧКА С ПРИСЫПКОЙ	80	6,81	6,26	40,21	244,46	0,16
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/БАНАНЫ	100	1,50	0,50	21,00	95,99	10,00
Итого			540	16,23	17,52	78,17	538,78	34,14
Всего				57,68	58,21	212,50	1 608,23	57,02

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С. В.

МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Ясли 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	35	2,64	3,38	18,01	109,92	0,00
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150	3,89	3,41	14,27	104,00	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,34	2,83	11,11	84,12	0,57
Итого			365	9,87	9,62	43,39	298,04	1,09
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,77	0,16	15,39	65,54	1,26
Итого			160	0,77	0,16	15,39	65,54	1,26
Обед								
2012	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,26	2,80	0,83	30,09	0,70
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	150	7,91	3,87	17,01	134,61	4,16
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	12,78	15,12	21,41	273,21	11,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,88	23,49	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	21,75	21,89	50,25	486,20	15,94
Уплотненный Полдник								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (1ШТ)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,34	4,51	6,98	79,28	20,88
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,04	24,43	0,02
2008	467	БУЛОЧКА С ПРИСЫПКОЙ	60	4,73	4,08	27,26	164,30	0,08
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/БАНАНЫ	95	1,43	0,48	19,95	91,20	9,50
Итого			455	13,54	13,56	60,50	420,50	30,48
Всего				45,93	45,23	169,53	1 270,28	48,77