

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

20 марта 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,94	2,88	16,74	109,19	0,42
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,75	2,32	10,04	72,75	0,47
Итого			365	8,97	10,20	42,24	295,24	0,89
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,43	72,01	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	72,01	0,39
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,61	3,16	1,30	36,98	9,20
2012	109	БУЛЬОН КУРИННЫЙ С ЯЙЦОМ (1/2ШТ) И ГРЕНКАМИ	150	7,85	6,86	11,58	138,03	0,74
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	11,06	13,97	14,97	230,49	7,62
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	150	0,20	0,13	10,03	42,95	1,20
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	20,52	24,22	43,00	473,25	18,76
Уплотненный Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100/30	18,75	14,61	19,54	287,57	0,37
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,79	0,16	15,92	67,78	1,30
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	85	0,24	0,24	5,88	28,18	6,00
Итого			385	20,50	15,92	48,43	423,01	7,67
Всего				53,93	53,74	139,10	1 263,51	27,71

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

С. В. Красичкова /Красичкова С. В./

МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Сад 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	45	3,03	5,17	20,60	137,48	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,84	5,08	19,46	143,54	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,37	2,84	11,99	88,00	0,57
Итого			405	11,24	13,09	52,05	369,02	1,09
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,97	3,09	1,90	40,72	15,20
2012	109	БУЛЬОН КУРИННЫЙ С ЯЙЦОМ (1/2ШТ) И ГРЕНКАМИ	180	9,46	8,92	16,53	181,91	0,76
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	14,42	17,84	27,01	326,60	12,24
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	180	0,13	0,05	9,35	38,84	0,40
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	25,98	30,03	61,19	619,07	28,60
Уплотненный Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120/50	23,29	18,50	22,71	354,20	0,52
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	48,99	10,00
Итого			470	26,00	20,89	64,32	555,23	11,96
Всего				68,28	68,38	184,54	1 635,86	42,15