

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С. В./

# МЕНЮ

30 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	3,61	3,21	15,42	105,48	0,47
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,04	2,58	10,57	78,40	0,52
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>8,93</b>	<b>10,79</b>	<b>41,45</b>	<b>297,18</b>	<b>0,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,43	71,94	0,39
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>3,94</b>	<b>3,40</b>	<b>5,43</b>	<b>71,94</b>	<b>0,39</b>
<b>Обед</b>								
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	5,50	5,01	7,36	96,64	3,56
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,73	6,80	4,04	134,12	6,14
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,21	1,98	20,54	112,87	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	86,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>23,64</b>	<b>16,74</b>	<b>56,96</b>	<b>488,38</b>	<b>10,54</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,10	6,49	15,45	134,50	0,06
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,57	4,70	15,74	116,46	12,76
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,97	24,18	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	44,68	9,51
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>8,57</b>	<b>13,39</b>	<b>60,66</b>	<b>398,78</b>	<b>22,35</b>
<b>Всего</b>				<b>45,08</b>	<b>44,32</b>	<b>164,50</b>	<b>1 256,28</b>	<b>34,27</b>

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

(Красичкова С.В.)

# МЕНЮ

30 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,60	138,60	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	4,44	5,19	20,15	145,77	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,85	11,97	88,00	0,57
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,85</b>	<b>13,33</b>	<b>52,72</b>	<b>372,37</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,52	0,50
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,06</b>	<b>4,37</b>	<b>6,98</b>	<b>92,52</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
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	6,71	6,77	9,67	126,59	4,73
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	15,22	8,89	6,97	182,05	8,24
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	1,29	1,59	7,12	47,92	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,49	2,97	28,70	159,69	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,72	26,88	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>29,63</b>	<b>24,67</b>	<b>69,31</b>	<b>631,88</b>	<b>14,38</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,81	8,83	20,60	182,26	0,08
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,45	6,33	20,61	154,74	17,14
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,82	28,08	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	9,79	48,97	9,99
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>11,48</b>	<b>16,93</b>	<b>79,75</b>	<b>518,56</b>	<b>27,23</b>
<b>Всего</b>				<b>57,02</b>	<b>59,30</b>	<b>208,76</b>	<b>1 615,33</b>	<b>43,20</b>