



МЕНЮ 30 июля 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		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	б/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,60	0,04	1,28	7,78	0,80
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,49	7,34	4,47	114,47	0,47
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,44	2,06	9,45	66,81	0,42
Итого			345	12,81	14,44	30,64	302,38	1,69
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,77	0,16	15,51	66,04	1,27
Итого			160	0,77	0,16	15,51	66,04	1,27
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	30	0,41	2,86	2,29	36,63	0,90
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	150	2,38	1,89	16,22	91,90	4,89
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	8,43	9,43	6,97	148,19	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,23	4,39	20,56	134,64	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,65	22,57	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	15,25	18,67	56,81	456,73	5,80
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	16,98	11,81	9,02	213,47	0,32
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,85	2,40	6,45	50,97	0,16
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,82	23,57	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/СЛИВА	95	0,76	0,28	9,11	46,49	9,49
Итого			395	19,39	15,40	37,49	373,98	9,99
Всего				48,22	48,67	140,45	1 199,11	18,75

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

МЕНЮ

30 июля 2026 г.

Сад 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		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,60	138,60	0,00
2008	б/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,89	11,85	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,95	8,76	5,01	135,18	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,37	2,84	11,92	87,68	0,57
Итого			405	16,25	16,95	39,42	373,11	2,29
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	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	50	0,69	3,06	3,81	45,67	1,50
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	180	2,57	3,66	16,57	110,29	5,09
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	12,15	14,91	7,16	211,07	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,50	4,53	28,69	173,67	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,92	27,65	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	20,91	26,29	69,55	599,35	6,60
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	24,54	18,41	14,87	327,85	0,41
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,86	2,25	8,93	59,58	0,16
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,88	27,92	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/СЛИВА	100	0,80	0,30	9,61	49,04	10,01
Итого			480	27,74	22,78	54,47	543,35	10,60
Всего				65,77	66,19	181,07	1 590,89	20,93