

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

# МЕНЮ

30 июня 2026 г.

Ясли 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	35	2,84	3,43	18,01	110,37	0,00
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150	3,88	3,23	14,33	102,50	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,28	2,79	10,85	82,53	0,57
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,80</b>	<b>9,45</b>	<b>43,19</b>	<b>295,40</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,77	0,16	15,51	66,04	1,27
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>0,77</b>	<b>0,16</b>	<b>15,51</b>	<b>66,04</b>	<b>1,27</b>
<b>Обед</b>								
2012	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,26	2,86	0,81	30,53	0,70
2008	99	СУП ФАСОЛЕВЫЙ С МЯСОМ	150	7,50	3,69	16,72	131,54	5,59
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	12,80	15,09	21,40	272,97	11,08
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
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>21,36</b>	<b>21,74</b>	<b>49,70</b>	<b>482,41</b>	<b>17,37</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (1ШТ)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,34	4,50	6,99	79,27	20,88
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	5,82	23,57	0,02
2008	467	БУЛОЧКА С ПРИСЫПКОЙ	80	4,64	3,70	27,32	160,65	0,08
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	95	0,38	0,38	9,31	44,64	9,50
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>12,40</b>	<b>13,07</b>	<b>49,71</b>	<b>369,42</b>	<b>30,48</b>
<b>Всего</b>				<b>44,33</b>	<b>44,42</b>	<b>158,11</b>	<b>1 213,27</b>	<b>50,21</b>

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

*и.о. зав.* /Красичкова С.В./

*Валюков ИВ*

# МЕНЮ

30 июня 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	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	5,02	4,49	20,35	142,75	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,85	12,03	88,21	0,57
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>11,43</b>	<b>12,63</b>	<b>52,98</b>	<b>369,56</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,87</b>	<b>0,17</b>	<b>17,63</b>	<b>75,08</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2012	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,51	2,98	1,49	35,81	1,34
2008	99	СУП ФАСОЛЕВЫЙ С МЯСОМ	180	12,86	8,14	22,37	216,15	7,38
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,33	16,81	25,49	311,30	13,58
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>28,70</b>	<b>28,06</b>	<b>63,49</b>	<b>625,22</b>	<b>22,30</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (1ШТ)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,86	6,26	8,77	104,82	23,96
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
2008	467	БУЛОЧКА С ПРИСЫПКОЙ	80	6,85	6,29	40,22	244,67	0,16
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,81	47,05	10,01
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>15,17</b>	<b>17,44</b>	<b>67,01</b>	<b>489,99</b>	<b>34,15</b>
<b>Всего</b>				<b>56,17</b>	<b>58,30</b>	<b>201,11</b>	<b>1 559,85</b>	<b>59,03</b>