

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

МЕНЮ

12 мая 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 2,28 | 5,00 | 15,46 | 113,30 | 0,00 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 150 | 3,63 | 3,11 | 15,61 | 105,54 | 0,47 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,01 | 2,56 | 10,44 | 77,62 | 0,52 |
| Итого | | | 365 | 8,92 | 10,67 | 41,51 | 296,46 | 0,99 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | КЕФИР | 140 | 3,94 | 3,40 | 5,43 | 71,98 | 0,39 |
| Итого | | | 140 | 3,94 | 3,40 | 5,43 | 71,98 | 0,39 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 30 | 0,23 | 2,88 | 0,73 | 29,72 | 1,20 |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 125/25 | 5,55 | 4,93 | 7,35 | 96,10 | 3,56 |
| 2011 | 35/8 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 50 | 11,76 | 6,87 | 4,00 | 134,66 | 6,17 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110 | 3,21 | 2,03 | 20,54 | 113,30 | 0,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 5,69 | 22,77 | 0,00 |
| 2008 | б/н | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,85 | 0,35 | 16,96 | 86,80 | 0,00 |
| Итого | | | 530 | 23,40 | 17,06 | 55,27 | 483,35 | 10,93 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ | 110 | 10,46 | 12,73 | 13,31 | 211,72 | 1,22 |
| 2012 | 362/1 | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ ПОВИДЛА | 40 | 0,05 | 0,00 | 10,11 | 40,62 | 0,02 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ | 160 | 0,08 | 0,00 | 5,85 | 23,76 | 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 | 44,70 | 9,51 |
| Итого | | | 425 | 12,41 | 14,93 | 52,77 | 399,76 | 10,77 |
| Всего | | | | 48,67 | 46,06 | 154,98 | 1 251,55 | 23,08 |

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

12 мая 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 45 | 3,03 | 5,29 | 20,60 | 138,60 | 0,00 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 4,45 | 5,16 | 20,24 | 145,80 | 0,52 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,38 | 2,85 | 12,03 | 88,21 | 0,57 |
| Итого | | | 405 | 10,86 | 13,30 | 52,87 | 372,61 | 1,09 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | КЕФИР | 180 | 5,06 | 4,37 | 6,98 | 92,55 | 0,50 |
| Итого | | | 180 | 5,06 | 4,37 | 6,98 | 92,55 | 0,50 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 50 | 0,39 | 2,96 | 1,21 | 32,95 | 2,00 |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/30 | 6,72 | 6,84 | 9,67 | 127,16 | 4,73 |
| 2011 | 35/8 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 70 | 15,22 | 8,84 | 6,99 | 181,56 | 8,23 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 40 | 1,29 | 1,59 | 7,12 | 47,92 | 0,01 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,50 | 2,94 | 28,74 | 159,47 | 0,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 |
| 2008 | б/н | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 1,00 | 0,13 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| Итого | | | 700 | 29,12 | 23,30 | 66,91 | 607,15 | 14,97 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ | 130 | 13,10 | 14,14 | 17,24 | 251,40 | 1,32 |
| 2012 | 362/1 | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ ПОВИДЛА | 50 | 0,07 | 0,00 | 13,97 | 56,16 | 0,04 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190 | 0,10 | 0,00 | 6,98 | 28,29 | 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 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| Итого | | | 490 | 15,11 | 16,36 | 62,17 | 461,81 | 11,38 |
| Всего | | | | 60,15 | 57,33 | 188,93 | 1 534,12 | 27,94 |