

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

**МЕНЮ**

8 июня 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          | 72,02                         | 0,39          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>140</b> | <b>3,94</b>       | <b>3,40</b>  | <b>5,43</b>   | <b>72,02</b>                  | <b>0,39</b>   |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | б/н           | ИКРА КАБАЧКОВАЯ                          | 30         | 0,55              | 2,58         | 2,23          | 34,54                         | 0,84          |
| 2008                       | 97            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 125/25     | 5,56              | 5,06         | 7,35          | 97,22                         | 3,56          |
| 2011                       | 35/8          | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                          | 50         | 11,75             | 6,81         | 4,04          | 134,31                        | 6,16          |
| 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>23,72</b>      | <b>16,78</b> | <b>56,93</b>  | <b>488,96</b>                 | <b>10,56</b>  |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 3             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ               | 40         | 4,17              | 6,58         | 15,45         | 135,60                        | 0,06          |
| 2008                       | 141           | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                           | 130        | 2,57              | 4,70         | 15,71         | 116,39                        | 12,73         |
| 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>8,64</b>       | <b>13,48</b> | <b>60,63</b>  | <b>399,81</b>                 | <b>22,32</b>  |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>45,23</b>      | <b>44,45</b> | <b>164,44</b> | <b>1 257,97</b>               | <b>34,26</b>  |

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С. В.

# МЕНЮ

8 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                       | 190           | КАША "ДРУЖБА"                            | 180        | 4,44              | 5,22         | 20,23         | 148,34                        | 0,52           |
| 2012                       | 397           | КАКАО С МОЛОКОМ                          | 180        | 3,37              | 2,84         | 11,92         | 87,68                         | 0,57           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>405</b> | <b>10,84</b>      | <b>13,35</b> | <b>52,75</b>  | <b>372,62</b>                 | <b>1,09</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012                       | 401           | КЕФИР                                    | 180        | 5,06              | 4,37         | 6,98          | 92,60                         | 0,50           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>180</b> | <b>5,06</b>       | <b>4,37</b>  | <b>6,98</b>   | <b>92,60</b>                  | <b>0,50</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | б/н           | ИКРА КАБАЧКОВАЯ                          | 50         | 0,92              | 4,32         | 3,73          | 57,73                         | 1,40           |
| 2008                       | 97            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/30     | 6,71              | 6,73         | 9,67          | 126,25                        | 4,73           |
| 2011                       | 35/8          | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                          | 70         | 15,21             | 8,93         | 6,97          | 182,25                        | 8,23           |
| 2012                       | 354           | СОУС СМЕТАННЫЙ                           | 40         | 1,29              | 1,59         | 7,12          | 47,82                         | 0,01           |
| 2012                       | 205           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 130        | 4,49              | 2,99         | 28,67         | 158,85                        | 0,00           |
| 2008                       | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 180        | 0,00              | 0,00         | 6,68          | 26,72                         | 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>29,62</b>      | <b>24,69</b> | <b>69,24</b>  | <b>631,73</b>                 | <b>14,37</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | 3             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ               | 50         | 5,79              | 8,80         | 20,60         | 181,93                        | 0,08           |
| 2008                       | 141           | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                           | 160        | 3,45              | 6,29         | 20,61         | 154,40                        | 17,14          |
| 2012                       | 391           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 190        | 0,10              | 0,00         | 6,88          | 27,92                         | 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          | 46,96                         | 9,99           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>530</b> | <b>11,46</b>      | <b>16,86</b> | <b>79,71</b>  | <b>517,72</b>                 | <b>27,23</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>58,98</b>      | <b>59,27</b> | <b>208,68</b> | <b>1 614,67</b>               | <b>43,19</b>   |