

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

# МЕНЮ

15 апреля 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                       | 3             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ       | 40         | 4,12              | 5,70         | 15,44         | 127,30                        | 0,06           |
| 2021                       | 235           | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ            | 150        | 4,84              | 3,72         | 19,91         | 132,94                        | 0,52           |
| 2012                       | 391           | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 180        | 0,08              | 0,00         | 5,97          | 24,18                         | 0,02           |
| <b>Итого</b>               |               |                                  | <b>370</b> | <b>9,04</b>       | <b>9,42</b>  | <b>41,32</b>  | <b>284,42</b>                 | <b>0,60</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |                                  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2011                       | 385           | МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ           | 140        | 4,08              | 3,50         | 6,72          | 75,60                         | 1,82           |
| <b>Итого</b>               |               |                                  | <b>140</b> | <b>4,06</b>       | <b>3,50</b>  | <b>6,72</b>   | <b>75,60</b>                  | <b>1,82</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |                                  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012                       | 41            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                 | 30         | 0,38              | 2,94         | 2,01          | 36,35                         | 0,60           |
| 2008                       | 91            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ         | 150        | 8,78              | 5,91         | 15,02         | 140,73                        | 4,99           |
| 2008                       | 306           | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ          | 160        | 11,39             | 13,91        | 12,28         | 220,45                        | 14,98          |
| 2008                       | 401           | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)  | 150        | 0,17              | 0,04         | 10,91         | 45,03                         | 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>19,50</b>      | <b>22,90</b> | <b>45,34</b>  | <b>467,36</b>                 | <b>20,57</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |                                  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | 239           | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                   | 50         | 7,58              | 3,41         | 3,23          | 73,19                         | 0,45           |
| 2021                       | 423           | СОУС ПОЛЬСКИЙ                    | 20         | 1,77              | 2,80         | 3,49          | 46,04                         | 0,00           |
| 2012                       | 125           | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ      | 110        | 2,15              | 2,84         | 17,40         | 103,89                        | 8,80           |
| 2012                       | 397           | КАКАО С МОЛОКОМ                  | 160        | 2,48              | 2,09         | 9,63          | 67,92                         | 0,42           |
| 2008                       | б/н           | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 75,90                         | 0,00           |
| 2008                       | б/н           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ             | 95         | 0,38              | 0,38         | 8,32          | 44,70                         | 9,51           |
| <b>Итого</b>               |               |                                  | <b>465</b> | <b>16,61</b>      | <b>12,39</b> | <b>58,49</b>  | <b>411,64</b>                 | <b>19,18</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |                                  |            | <b>49,21</b>      | <b>48,21</b> | <b>151,87</b> | <b>1 239,02</b>               | <b>42,17</b>   |

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

## МЕНЮ

15 апреля 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                       | 3             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ       | 50         | 5,19              | 7,53         | 18,02         | 158,16                        | 0,08           |
| 2021                       | 235           | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ            | 180        | 5,95              | 5,87         | 24,14         | 174,12                        | 0,62           |
| 2012                       | 391           | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 180        | 0,10              | 0,00         | 7,03          | 28,49                         | 0,02           |
| <b>Итого</b>               |               |                                  | <b>410</b> | <b>11,24</b>      | <b>13,40</b> | <b>49,19</b>  | <b>360,77</b>                 | <b>0,72</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |                                  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2011                       | 385           | МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ           | 180        | 5,22              | 4,50         | 8,64          | 97,20                         | 2,34           |
| <b>Итого</b>               |               |                                  | <b>180</b> | <b>5,22</b>       | <b>4,50</b>  | <b>8,64</b>   | <b>97,20</b>                  | <b>2,34</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |                                  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012                       | 41            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                 | 50         | 0,63              | 2,91         | 3,35          | 42,69                         | 1,00           |
| 2008                       | 91            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ         | 180        | 9,33              | 9,28         | 19,82         | 200,75                        | 5,07           |
| 2008                       | 306           | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ          | 200        | 15,15             | 17,29        | 22,06         | 305,18                        | 16,77          |
| 2008                       | 401           | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗИОМ) | 180        | 0,24              | 0,06         | 13,87         | 57,34                         | 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>26,35</b>      | <b>29,67</b> | <b>65,50</b>  | <b>636,96</b>                 | <b>22,84</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |                                  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008                       | 239           | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                   | 70         | 10,39             | 4,50         | 5,73          | 103,93                        | 0,50           |
| 2021                       | 423           | СОУС ПОЛЬСКИЙ                    | 30         | 2,26              | 3,59         | 6,87          | 68,73                         | 0,00           |
| 2012                       | 125           | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ      | 130        | 2,55              | 4,51         | 20,59         | 133,38                        | 10,40          |
| 2012                       | 397           | КАКАО С МОЛОКОМ                  | 180        | 3,40              | 2,88         | 11,92         | 88,14                         | 0,58           |
| 2008                       | б/н           | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 75,90                         | 0,00           |
| 2008                       | б/н           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ             | 100        | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,01                         | 10,00          |
| <b>Итого</b>               |               |                                  | <b>540</b> | <b>21,25</b>      | <b>16,75</b> | <b>70,33</b>  | <b>517,09</b>                 | <b>21,48</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |                                  |            | <b>64,06</b>      | <b>64,32</b> | <b>193,66</b> | <b>1 612,02</b>               | <b>47,38</b>   |