

МЕНЮ

20 мая 2026 г.

Ясли

Сбор- никре- це- птур	№техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность,кка л	Вита- мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами)	20/6	1,50	5,42	10,12	94,54	0,00
2012	417	КАША ПШЕННАЯ (пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	180	5,06	6,03	22,11	126,74	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, водапитьевая)	150	2,96	3,10	9,22	70,00	0,00
Итого			356	9,52	14,55	41,45	291,28	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	130	0,65	0,13	12,87	66,90	2,60
Итого			130	0,65	0,13	12,87	66,90	2,60
Обед								
2012	99	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ (картофель, морковь, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2%жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое,вода питьевая, куры потрош. 1 категории, лук репчатый, маслоподсолнечное рафинированое)	150	4,31	4,92	13,19	111,55	0,00
2012	305	КОТЛЕТА ИЗ КУРИННОЙ ГРУДКИ (куриная грудка филе, яйца куриные (шт.), лук репчатый, мукапшеничная высш.сорт, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сольйодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечноерафинированое)	70	16,33	18,28	7,70	160,26	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, маслосладко-сливочное несоленое)	120	3,09	3,27	13,94	97,41	0,00
2011	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	20	0,21	1,41	0,71	16,43	0,01
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,47	33,89	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,13	0,10	7,49	35,34	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,93	0,25	12,34	59,35	0,00
Итого			566	27,00	28,23	63,84	514,23	0,01
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 9,0% жирности, морковь, молоко пастер. 3,2% жирности, крупаманная, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечноерафинированое, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная,сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром	100/20	21,91	16,54	23,26	205,46	0,00
2012	19	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,08	0,00	3,14	12,83	0,02
Итого			270	21,99	16,54	26,40	218,29	0,02
Всего				59,16	59,45	144,56	1 090,70	2,63

МКДОУ "Детский сад № 22 "Радуга"

Сад



Сбор- никре- це- птур	№техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, кка л	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавыш.сорт обог. микронутриентами)	30/10	2,30	9,12	15,50	153,40	0,00
2012	417	КАША ПШЕННАЯ (пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	180	5,53	5,58	23,77	135,23	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, водапитьевая)	180	3,29	3,41	10,90	88,37	0,57
Итого			400	11,12	18,11	50,17	377,00	0,57
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	190	0,95	0,19	18,81	86,40	3,80
Итого			190	0,95	0,19	18,81	86,40	3,80
Обед								
2012	99	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ (картофель, морковь, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, лук репчатый, маслосолнечное рафинированное)	180	5,32	7,56	14,90	149,29	6,13
2012	305	КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (куриная грудка филе, яйца куриные (шт.), лук репчатый, мукапшеничная высш.сорт, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, сольйодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	80	18,07	19,08	7,92	204,31	0,00
2008	323	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, маслосладко-сливочное несоленое)	150	4,25	2,72	19,22	118,11	0,00
2011	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	30	0,39	1,55	1,62	21,96	0,01
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,80	47,22	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37	2,38	0,32	15,22	73,23	0,00
Итого			687	31,89	31,35	80,42	660,06	6,14
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 9,0% жирности, морковь, молоко пастер. 3,2% жирности, крупаманная, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром)	120/25	28,00	19,79	28,70	262,40	0,00
2012	19	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,12	0,00	5,08	20,79	0,02
Итого			325	28,12	19,79	33,78	283,19	0,02
Всего				72,08	69,44	183,18	1 406,65	10,53