

МЕНЮ

27 июля 2026 г.

Ясли



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30/6	1,53	5,53	10,32	96,41	0,00
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	180	4,33	5,66	19,50	127,02	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,96	3,10	9,22	70,00	0,00
Итого			356	8,82	14,29	39,04	293,43	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								
2011	38	СУП ГОРОХОВЫЙ (картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, горох лущеный, говядина б/к)	150	5,06	4,62	7,29	90,86	2,41
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина б/к, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное)	60/20	9,43	11,59	5,59	164,36	0,59
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,69	2,99	17,13	106,15	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,38	33,49	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	1,93	0,25	12,34	59,35	0,00
Итого			555	20,59	19,57	60,47	500,15	3,00
Полдник								
2012	102	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, картофель, сметана 15% жирности)	60	6,93	6,76	31,91	205,36	2,27
2012	19	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,07	0,00	3,37	13,71	0,01
Итого			210	7,00	6,76	35,28	219,07	2,28
Всего				37,06	40,75	147,66	1 079,55	7,88



Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 22 "Рябиноушка"
Таушканова А.Н./

МЕНЮ

27 июля 2026 г.

Сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	40/10	2,30	9,12	15,50	153,40	0,00
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	180	5,11	6,33	23,57	135,84	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,29	3,41	10,92	88,43	0,57
Итого			400	10,70	18,86	49,99	377,67	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								
2011	38	СУП ГОРОХОВЫЙ (картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, горох лущеный, говядина б/к)	180	6,62	6,63	9,40	123,68	2,72
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина б/к, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	70/30	12,58	14,41	11,63	227,26	2,21
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,06	2,11	25,98	139,26	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	11,78	47,08	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	2,38	0,32	15,23	73,28	0,00
Итого			677	27,12	23,59	83,76	656,50	4,93
Полдник								
2012	102	ШАНЕЖКА КАРТОФЕЛЬНАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, картофель, сметана 15% жирности)	70	7,65	7,09	35,80	237,80	2,32
2012	19	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			250	7,75	7,09	40,84	258,35	2,34
Всего				46,52	49,73	193,40	1 378,92	11,64