

МЕНЮ

24 августа 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	30/7/6	3,13	7,51	10,12	96,57	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	68,00	0,00
Итого			373	10,42	16,27	38,84	291,59	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	5,17	5,16	7,54	97,31	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)	65/20	9,99	12,19	5,61	172,07	0,61
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,75	2,99	17,51	107,97	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,60	34,36	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			575	21,32	20,71	61,34	517,00	3,02
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)	55	6,97	6,80	32,07	206,41	2,28
2012	19	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,09	0,00	3,41	13,97	0,02
Итого			205	7,06	6,80	35,48	220,38	2,30
Всего				39,45	43,91	148,53	1 095,87	7,92

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ "Детский сад № 22 "Рябинушка"
Гатушканова А.Н./

МЕНЮ

24 августа 2026 г.

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сырголландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	40/10/10	5,26	12,08	20,02	154,16	0,00
2012	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, маслосладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	180	6,68	7,53	33,28	135,84	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, водапитьевая)	180	3,90	4,04	13,96	87,34	0,00
Итого			420	15,84	23,65	67,26	377,34	0,00
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, маслоподсолнечное рафинированное, горох лущеный, говядина б/к)	180	7,19	7,73	13,66	124,16	0,00
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина б/к, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мукавысш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, сметана 15%жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, маслоподсолнечное рафинированное, томатная паста)	70/30	19,33	20,21	17,13	227,59	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СМАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая,масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,36	3,83	34,22	139,10	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	14,10	51,41	1,80
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,22	0,18	14,60	45,94	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,21	0,43	20,56	73,21	0,00
Итого			700	37,31	32,38	114,27	661,41	1,80
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	9,26	11,59	38,18	253,22	0,00
2012	19	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,14	0,00	7,02	28,62	0,03
Итого			250	9,40	11,59	45,20	281,84	0,03
Всего				63,50	67,81	245,54	1 406,99	5,63