

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 августа 2026 г.

Ясли

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами, сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	30/7/6	3,19	7,66	10,33	98,54	0,00
2012	216	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	180	3,96	5,92	11,47	115,89	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	3,04	3,25	8,53	76,48	0,52
Итого			373	10,19	16,83	30,33	290,91	1,09
II Завтрак								
2008	110	БАНАН (банан)	130	1,37	0,46	19,11	73,49	0,00
Итого			130	1,37	0,46	19,11	73,49	0,00
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые, крупа перловая, говядина б/к, вода питьевая, сметана 15% жирности)	150	4,63	5,67	8,71	104,62	3,42
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, лук репчатый, морковь)	60/20	11,77	6,65	2,04	129,04	9,09
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	1,92	3,30	11,80	84,80	5,60
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,30	0,13	9,06	44,14	36,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	1,93	0,25	12,34	59,35	0,00
Итого			570	22,40	16,16	56,12	479,38	54,11
Полдник								
2011	90	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, яйца куриные (шт.), повидло, соль йодированная)	60	5,76	4,69	34,49	149,69	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,61	2,79	8,13	68,82	0,49
Итого			210	8,37	7,48	42,62	218,51	0,49
Всего				42,33	40,93	148,18	1 062,29	55,69

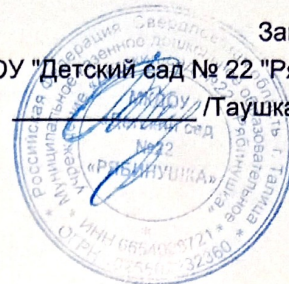
Утверждаю

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

МЕНЮ

27 августа 2026 г.

Сад



Сбор- ник ре- це- птур	№ техн. карт ы	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)	40/10/10	5,26	12,08	20,02	154,16	0,00
2012	216	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	180	5,28	7,43	21,06	140,21	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,94	4,21	12,83	83,02	0,00
Итого			420	14,48	23,72	53,91	377,39	0,00
II Завтрак								
2008	110	БАНАН (банан)	140	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
Итого			140	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые, крупа перловая, говядина б/к, томатная паста, вода питьевая, сметана 15%)	180/8	7,06	8,89	17,77	149,85	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт)	70/30	20,26	11,03	4,07	170,64	16,25
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,04	7,29	24,37	154,26	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,43	0,17	12,87	44,14	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	2,96	0,24	19,47	68,92	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,21	0,43	20,56	73,21	0,00
Итого			708	38,96	28,05	99,11	661,02	16,25
Полдник								
2011	90	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, яйца куриные (шт.), повидло, соль йодированная)	70	9,78	8,11	62,83	196,08	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,80	4,04	12,99	80,44	0,00
Итого			250	13,58	12,15	75,82	276,52	0,00
Всего				68,49	64,41	249,42	1 409,01	26,05