

Утверждаю

МБДОУ Детский сад №34 "Чиполлино" р.п.Выездное 2-е здание
10,5 часов

Заведующий

Чернова О.Н./



МЕНЮ

8 октября 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко, вода питьевая, масло сливочное, сахарный песок, соль йодированная)	150	4,49	5,66	17,75	140,23	0,55
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	150	3,19	3,30	10,89	86,83	0,55
2012	4	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	50	6,03	8,47	30,17	222,00	0,10
Итого			350	13,71	17,43	58,81	449,06	1,20
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,39	0,39	9,50	45,55	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,50	45,55	4,00
Обед								
2018	66	ЩИ РЫБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (рыба горбуша потрошенная с головой, капуста, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, сметана 15%)	150	5,60	5,31	5,61	95,89	7,39
2012	312	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (птица (грудки), масло сливочное, сметана 15%, мука, вода питьевая, соль йодированная)	35/35	9,33	13,63	1,80	171,41	0,01
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макарон, масло сливочное, соль йодированная)	80	3,19	2,43	20,39	116,19	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахарный песок)	130	0,14	0,14	8,85	38,02	1,38
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,62	0,35	16,78	80,72	0,00
Итого			470	20,88	21,86	53,43	502,23	8,78
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста, мясо, рис, лук репчатый, масло сливочное, яйца куриные)	120	9,10	16,98	16,19	254,94	13,31
2012	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахарный песок, лимон, вода питьевая, чай)	150	0,24	0,01	7,19	31,02	1,26
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,75	0,18	20,09	88,93	0,00
Итого			290	11,09	17,17	43,47	374,89	14,57
Всего				46,07	56,85	165,21	1 371,73	28,55

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ д/с №34 "Чиподлино" 1- здание

Чернова О.Н. /Чернова О.Н./

МЕНЮ

8 октября 2026 г.

Сад 1 корпус

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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко, вода питьевая, масло сливочное, сахарный песок, соль йодированная)	180	6,15	7,48	25,10	192,73	0,74
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5,11	5,64	8,28	105,75	0,94
2012	4	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	50	6,86	10,37	24,48	219,90	0,14
Итого			410	18,12	23,49	57,86	518,38	1,82
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	99	0,38	0,38	9,39	45,02	3,95
Итого			99	0,38	0,38	9,39	45,02	3,95
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста, вода питьевая, сахарный песок, масло подсолнечное, соль йодированная, лук репчатый, морковь)	50	0,94	2,52	5,57	49,39	7,59
2012	60	БОРЩ (свекла, капуста, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное, сметана 15%, вода питьевая, соль йодированная, сахарный песок)	180	1,52	4,71	9,07	88,89	6,44
2022	594	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (птица (продукт), масло сливочное, сметана 15%, мука, вода питьевая, соль йодированная, морковь, лук репчатый)	35/35	9,31	13,63	2,63	173,30	0,33
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронны, масло сливочное, соль йодированная)	100	4,12	3,14	26,34	150,10	0,00
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок, фруктовый)	150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	48	3,20	0,43	20,48	98,53	0,00
Итого			598	19,84	24,43	75,04	606,71	143,36
Полдник								
2008	41	МОРКОВЬ ПОРЦИОННАЯ (морковь)	60	0,61	0,05	3,22	16,35	0,96
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста, рис, мясо, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, яйца куриные)	120	9,45	17,82	16,16	263,64	13,35
2012	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай, сахарный песок, лимон, вода гитьевая)	180	0,30	0,01	8,00	35,41	2,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	40	3,40	0,34	39,11	173,15	0,00
Итого			400	13,76	18,22	66,49	488,55	16,35
Всего				52,10	66,52	208,78	1 658,66	165,48