

Утверждаю

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



Чернова О.Н./

МЕНЮ 28 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	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, масло сливочное, молоко, сахарный песок, соль йодированная)	150	5,00	6,27	19,69	155,89	0,56
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	150	4,28	4,72	6,94	88,56	0,79
2012		БУЛОЧКА ОБОГАЩЕННАЯ (булочка умица)	43	3,38	0,42	20,71	100,38	0,00
Итого			343	12,66	11,41	47,34	344,83	1,35
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
Итого			150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	40	0,32	0,04	1,01	5,66	4,04
2012	60	БОРЩ (свекла, капуста, лук репчатый, морковь, картофеля, томатная паста, масло подсолнечное, сметана 15%, вода питьевая, соль йодированная, сахарный песок)	150	1,28	4,11	7,60	76,07	5,45
1996	403/96	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (мясо, морковь, лук репчатый, томатная паста, рис, масло подсолнечное, соль йодированная)	120	6,01	13,52	19,87	225,47	0,77
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахарный песок)	130	0,14	0,14	8,95	38,39	1,38
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,63	0,35	16,86	81,14	0,00
Итого			480	10,38	18,16	54,29	426,73	11,64
Полдник								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная)	60	11,90	3,65	2,75	92,02	1,23
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	100	2,33	3,80	14,83	103,13	7,10
2012	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахарный песок, лимон, вода питьевая, чай)	150	0,26	0,01	7,17	31,45	1,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	26	2,23	0,22	25,66	113,58	0,00
Итого			336	16,72	7,68	50,41	340,18	9,93
Всего				40,51	37,25	162,99	1 158,24	151,92

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ д/с №34 "Чиполлино" 1- здание

Чернова О.Н./

МЕНЮ

28 июля 2026 г.

Сад 1 корпус



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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшеница, вода питьевая, масло сливочное, молоко, сахарный песок, соль йодированная)	180	6,56	8,37	25,80	205,90	0,72
2012	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахарный песок, молоко, вода питьевая, чай)	180	3,85	4,07	13,43	106,72	0,71
2012		БУЛОЧКА ОБОГАЩЕННАЯ (булочка умница)	40	3,10	0,39	19,05	92,34	0,00
Итого			400	13,51	12,83	58,28	404,96	1,43
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
Итого			150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	46	0,37	0,05	1,16	6,50	4,65
2012	60	БОРЩ (свекла, капуста, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное, сметана 15%, вода питьевая, соль йодированная, сахарный песок)	180	1,33	3,77	8,69	74,87	6,34
1996	403/96	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (мясо, морковь, лук репчатый, томатная паста, рис, масло подсолнечное, соль йодированная)	180	11,48	24,50	36,56	413,01	0,89
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахарный песок)	180	0,16	0,16	10,80	46,44	1,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	51	3,35	0,45	21,47	103,29	0,00
Итого			637	16,69	28,93	78,68	644,11	13,60
Полдник								
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	90	0,36	0,36	8,80	42,18	8,98
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные)	60	6,51	5,89	0,36	80,41	0,00
2012	474	ПЛЮШКА (мука, сахарный песок, масло сливочное, масло подсолнечное, яйца куриные, дрожжи, соль йодированная)	70	6,12	5,36	45,02	252,52	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5,04	5,57	8,18	104,38	0,93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	40	3,42	0,34	39,34	174,15	0,00
Итого			440	21,45	17,52	101,70	653,64	9,91
Всего				52,40	59,28	249,61	1 749,21	153,94