

Утверждаю

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

Заведующий

/Чернова О.Н./

МЕНЮ

7 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко, соль йодированная, масло подсолнечное, масло сливочное)	150	14,45	23,53	2,64	280,32	0,21
2012	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахарный песок, молоко, вода питьевая, чай)	150	3,01	3,17	10,28	82,37	0,56
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	50	3,49	7,93	39,61	243,74	0,00
Итого			350	20,95	34,63	52,53	606,43	0,77
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко)	100	2,87	3,17	4,66	59,38	0,53
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	10	0,75	0,97	7,36	41,27	0,00
Итого			110	3,62	4,14	12,02	100,65	0,53
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макароны, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль йодированная)	150	1,58	1,65	11,57	67,56	3,94
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (птица (грудки), хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, лук репчатый, соль йодированная)	60	11,28	13,26	12,33	214,04	0,45
2023	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло подсолнечное, морковь, лук репчатый, мука, сахарный песок, томатная паста, соль йодированная)	100	2,08	2,88	8,22	68,39	20,76
2012	398	НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ (сахарный песок, вода питьевая, апельсин, лимон)	130	0,22	0,04	7,43	32,98	5,12
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	38	2,53	0,34	16,18	77,84	0,00
Итого			478	17,69	18,17	55,73	460,81	30,27
Полдник								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная)	60	11,48	3,05	2,59	84,29	1,16
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	90	2,10	3,38	13,24	92,15	6,33
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	150	0,76	0,00	11,06	46,96	130,29
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,59	0,26	29,71	131,50	0,00
Итого			330	16,93	6,69	56,60	354,90	137,78
Всего				59,19	63,63	176,88	1 522,79	169,35

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ д/с №34 "Чиполлино" 1- здание

Чернова О.Н./

МЕНЮ

7 октября 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 "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (геркулес, молоко, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, сахарный песок)	180	6,60	9,61	23,70	208,74	0,72
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	180	4,02	4,16	13,25	107,62	0,70
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,56	8,32	28,92	200,81	0,00
Итого			400	13,18	22,09	65,87	517,17	1,42
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5,03	5,55	8,15	104,06	0,93
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	20	1,51	1,97	14,99	84,02	0,00
Итого			200	6,54	7,52	23,14	188,08	0,93
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макароны, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль йодированная)	180	1,87	1,96	13,69	80,21	4,72
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (птица (грудки), хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, лук репчатый, соль йодированная)	70	13,03	15,52	13,95	247,78	0,50
1996	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло подсолнечное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука, сахарный песок, соль йодированная)	150	3,21	5,16	13,33	114,70	31,06
2012	374	НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ (апельсин, сахарный песок, вода питьевая, лимон)	180	0,41	0,08	12,62	56,51	10,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	36	2,42	0,32	15,47	74,43	0,00
Итого			616	20,94	23,04	69,06	573,63	46,51
Полдник								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная)	80	15,03	4,64	3,56	116,94	1,59
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	150	3,17	5,26	21,58	146,75	10,50
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	29	2,51	0,25	28,84	127,69	0,00
Итого			409	21,46	10,15	64,93	437,88	141,09
Всего				62,12	62,80	223,00	1 716,76	189,95