

Утверждаю

МБДОУ Детский сад №34 "Чиполлино" р.п.Выездное 2-е здание

Заведующий

10,5 часов

Чернова О.Н./

МЕНЮ

22 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	185	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупя гречневая, вода питьевая, масло сливочное, молоко, сахарный песок, соль йодированная)	150	5,25	6,61	18,45	155,07	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	150	3,01	3,10	11,60	87,17	0,52
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, хлеб пшеничный)	55	3,58	0,36	47,04	205,67	0,02
Итого			355	11,84	10,07	77,09	447,91	1,06
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								
2024	275-22	УХА ПО - ЦАРСКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, рыба лещ потрошенная, обезглавленная, рыба горбуша потрошенная с головой, соль йодированная, сметана 15%)	150	6,58	6,58	5,55	110,91	2,67
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (мясо, масло сливочное, картофель, лук репчатый, яйца куриные, соль йодированная)	150	11,09	22,02	23,61	337,26	11,89
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахарный песок, вода питьевая)	130	0,40	0,16	12,22	59,38	48,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,00
Итого			467	20,52	29,09	57,06	583,02	62,56
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко, соль йодированная, масло подсолнечное, масло сливочное)	120	11,96	19,88	2,45	236,63	0,21
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	150	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	21	1,83	0,18	21,05	93,17	0,00
Итого			291	18,29	25,03	30,79	422,92	1,04
Всего				51,40	64,19	175,89	1 500,35	193,66



МЕНЮ

22 июля 2026 г.

Сад 1 корпус

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	185	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, масло сливочное, молоко, сахарный песок, соль йодированная)	180	6,32	8,13	21,79	186,49	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	180	3,59	3,71	13,29	101,81	0,62
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, хлеб пшеничный)	50	2,96	0,29	42,58	184,72	0,03
Итого			410	12,87	12,13	77,66	473,02	1,30
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	90	0,36	0,36	8,85	42,42	9,03
Итого			90	0,36	0,36	8,85	42,42	9,03
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидор)	48	0,53	0,10	1,82	11,47	11,95
2012	142	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (рыбн консервы в масле, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная, томатная паста, сметана 15%)	180	5,05	2,75	12,70	99,34	6,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (мясо, масло сливочное, картофель, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные)	150	11,11	21,66	23,65	334,19	11,91
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахарный песок, вода питьевая)	180	0,49	0,20	16,62	79,77	60,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	52	3,42	0,45	21,90	105,36	0,00
Итого			610	20,60	25,16	76,69	630,13	90,49
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9%, крупа манная, сахарный песок, яйца куриные, сметана 15%, масло сливочное, молоко сгущенное)	150/20	20,28	15,25	26,97	332,05	0,28
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (курага, сахарный песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,81	0,05	30,96	128,15	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	40	3,41	0,34	39,20	173,53	0,00
Итого			390	24,50	15,64	97,13	633,73	0,53
Итого				58,33	53,29	260,33	1 779,30	101,35