

Утверждаю

Заведующий

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

Чернова О.Н./

МЕНЮ

9 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (рис, вода питьевая, масло сливочное, молоко, сахарный песок, соль йодированная)	150	4,15	5,67	19,85	147,96	0,55
2012	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахарный песок, молоко, вода питьевая, чай)	150	3,14	3,30	10,90	86,67	0,58
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	50	3,58	8,07	40,67	249,74	0,00
Итого			350	10,87	17,04	71,42	484,37	1,13
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	100	3,00	3,30	4,85	61,92	0,55
2008		ВАФЛИ (вафли)	20	0,58	0,68	15,96	73,06	0,00
Итого			120	3,58	3,98	20,81	134,98	0,55
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (мясо, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные, картофель, морковь, масло подсолнечное, сметана 15%, соль йодированная)	150	4,90	9,90	11,04	156,39	5,36
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (птица (грудки), хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, лук репчатый, соль йодированная)	60	9,57	11,36	10,87	184,24	0,38
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	90	2,12	3,35	13,30	92,16	6,34
2012	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахарный песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	5,35	21,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,62	0,35	16,78	80,72	0,00
Итого			490	19,21	24,96	57,34	534,92	12,08
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные)	60	7,33	6,64	0,41	90,68	0,00
2012	458	ВАТРУШКИ (мука, яйца куриные, масло подсолнечное, творог 9%, дрожжи, сахарный песок)	70	9,16	6,11	31,97	220,18	0,05
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	150	4,19	4,63	6,79	86,68	0,78
Итого			280	20,68	17,38	39,17	397,54	0,83
Всего				54,34	63,36	188,74	1 551,81	14,59

Утверждаю

МБДОУ

д/с №34 "Чиполлино" 1- здание

Заведующий

Чернова О.Н./

МЕНЮ

9 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (рис, вода питьевая, масло сливочное, молоко, сахарный песок, соль йодированная)	180	5,93	9,25	29,45	225,91	0,76
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	180	4,04	4,19	13,31	108,12	0,70
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,62	8,38	29,59	204,24	0,00
Итого			400	12,59	21,82	72,35	538,27	1,46
II Завтрак								
2008	*	ВАФЛИ (вафли)	40	1,12	1,31	30,80	141,05	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Итого			220	6,18	6,90	39,01	245,81	0,94
Обед								
2018	66	ЩИ РЫБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, сметана 15%, рыба гикца потрошенная обмученная, рыба горбуша непотрошенная с головой)	180	5,76	5,08	6,87	99,74	8,97
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (птица (грудки), хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, лук репчатый, соль йодированная, сухари панировочные)	50	10,38	12,42	12,17	202,11	0,43
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	150	3,19	5,32	21,68	147,88	10,55
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахарный песок)	180	0,16	0,16	10,95	47,09	1,74
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	49	3,24	0,43	20,76	99,91	0,00
Итого			609	22,73	23,41	72,43	596,73	21,69
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные)	60	7,37	6,67	0,41	91,09	0,00
2012	458	ВАТРУШКИ (мука, яйца куриные, масло подсолнечное, творог 5%, дрожжи, сахарный песок)	70	8,56	6,81	32,96	227,79	0,04
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (курага, сахарный песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,83	0,05	31,37	129,89	0,26
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	40	3,42	0,34	39,34	174,15	0,00
Итого			350	20,18	13,87	104,08	622,92	0,30
Всего				61,68	66,00	287,87	2 003,73	24,39