

Утверждаю

Заведующий

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

10,5 часов

Чернова О.Н./

МЕНЮ
4 сентября 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 "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (геркулес, молоко, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, сахарный песок)	150	4,90	6,71	16,48	146,80	0,58
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	150	3,30	3,45	11,75	92,20	0,58
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,59	8,81	29,22	206,57	0,00
Итого			340	10,79	18,97	57,45	445,57	1,16
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	150	0,76	0,00	11,06	46,96	130,29
Итого			150	0,76	0,00	11,06	46,96	130,29
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленные, масло подсолнечное, вода питьевая, сметана 15%, соль йодированная)	150	1,41	3,86	9,72	81,83	4,00
2024	37А (1)	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (мясо, капуста, масло сливочное, морковь, лук репчатый, сахарный песок, соль йодированная, мука, томатная паста)	150	11,02	23,61	16,83	326,64	33,21
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахарный песок)	150	0,15	0,00	19,28	78,75	9,75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	41	2,75	0,37	17,58	84,60	0,00
Итого			491	15,33	27,84	63,41	571,82	46,96
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (творог 9%, мука, яйца куриные, масло подсолнечное, молоко сгущенное)	120/15	17,37	12,45	16,76	251,79	0,23
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	100	3,12	3,45	5,06	64,67	0,58
Итого			235	20,49	15,90	21,82	316,46	0,81
Всего				47,37	62,71	153,74	1 380,81	179,22

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ д/с №34 "Чиполлино" 1- здание
Чернова О.Н.

МЕНЮ

4 сентября 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 "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (геркулес, молоко, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, сахарный песок)	180	6,57	9,56	23,97	209,12	0,69
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	180	3,45	3,54	13,08	98,81	0,59
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,60	8,63	29,37	205,55	0,00
Итого			400	12,62	21,73	66,42	513,48	1,28
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5,05	5,57	8,19	104,46	0,93
2008		ВАФЛИ (вафли)	40	1,13	1,33	31,26	143,16	0,00
Итого			220	6,18	6,90	39,45	247,62	0,93
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидор)	49	0,54	0,10	1,86	11,75	12,24
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, сметана 15% , соль йодированная)	180	1,43	4,04	6,38	71,25	8,69
2012	39496	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (птица (грудки), картофель, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль йодированная)	180	10,31	14,18	20,47	251,27	10,59
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахарный песок)	180	0,18	0,18	11,17	48,29	1,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	47	3,14	0,42	20,10	96,73	0,00
Итого			636	15,60	18,92	59,98	479,29	33,44
Полдник								
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай филе, хлеб пшеничный, мука , масло подсолнечное, соль йодированная, яйца куриные)	80	13,51	4,35	15,88	156,75	0,14
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (рис, масло сливочное, соль йодированная)	100	2,45	3,94	25,65	147,76	0,00
2012	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай , сахарный песок, лимон, вода питьевая)	180	0,30	0,01	7,94	34,93	1,84
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	40	3,39	0,34	38,98	172,55	0,00
Итого			400	19,65	8,64	88,45	511,99	1,98
Всего				54,05	56,19	254,30	1 752,38	37,63