

Утверждаю

Заведующий

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

Чернова О.Н./



МЕНЮ

15 октября 2026 г.

Ясли

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	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 9%, крупа манная, сахарный песок, яйца куриные, масло сливочное, сметана 15% , молоко сгущенное)	145/20	20,24	14,91	27,34	330,14	0,29
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, сахарный песок, молоко, вода питьевая)	150	3,51	3,65	11,53	93,94	0,61
2012		БУЛОЧКА ОБОГАЩЕННАЯ (булочка умяница)	40	3,05	0,38	18,68	90,53	0,00
Итого			355	26,80	18,94	57,55	514,61	0,90
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	100	2,75	3,05	4,47	57,06	0,51
2008		ВАФЛИ (вафли)	22	0,58	0,69	16,17	74,06	0,00
Итого			122	3,33	3,74	20,64	131,12	0,51
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, сметана 15% , соль йодированная)	150	1,20	3,07	5,35	57,16	7,27
2024	39496	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (грудки (грудки), картофель, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, томатная паста)	150	8,14	10,86	17,04	198,85	8,76
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахарный песок)	130	0,14	0,14	8,99	38,56	1,38
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	36	2,41	0,32	15,46	74,39	0,00
Итого			466	11,89	14,39	46,84	368,96	17,41
Полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное)	60	0,81	3,53	4,96	55,22	2,49
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай филе, хлеб пшеничный, мука , масло подсолнечное , яйца куриные, соль йодированная)	60	10,51	3,59	12,61	124,92	0,11
2012	430	ЧАЙ С САХАРОМ (сахарный песок, вода питьевая, чай)	150	0,10	0,00	5,14	20,95	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	21	1,80	0,18	20,63	91,34	0,00
Итого			291	13,22	7,30	43,34	292,43	2,62
Всего				55,24	44,37	168,37	1 307,12	21,44

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ д/с №34 "Чиполлино" 1- здание

Чернова О.Н./

МЕНЮ

15 октября 2026 г.

Сад 1 корпус

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко, вода питьевая, сахарный песок, масло сливочное, макароны, соль йодированная)	180	6,59	8,27	26,79	209,06	0,72
2012	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахарный песок, молоко, вода питьевая, чай)	180	3,85	4,06	13,37	106,40	0,71
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,60	8,45	29,38	203,96	0,00
Итого			400	13,04	20,78	69,54	519,42	1,43
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	150	0,75	0,00	10,95	46,50	129,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	20	1,54	2,02	15,30	85,76	0,00
Итого			170	2,29	2,02	26,25	132,26	129,00
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленные, масло подсолнечное, вода питьевая, сметана 15%, соль йодированная)	180	1,78	4,84	12,04	102,46	4,84
2012	97	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо, морковь, лук репчатый, мука, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15%)	50/25	9,78	22,57	2,69	256,51	0,18
2004	508	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная)	100	5,51	4,22	24,90	159,34	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (сахарный песок, вода питьевая, лимон)	150	0,09	0,01	17,46	72,00	1,64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,28	0,44	20,98	100,97	0,00
Итого			555	20,44	32,08	78,07	691,28	6,66
Полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное)	60	0,81	3,61	4,93	55,90	2,47
2004	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная)	120	11,81	20,59	2,22	241,56	0,18
2012	298	ЧАЙ С САХАРОМ (сахарный песок, вода питьевая, чай)	180	0,14	0,00	6,26	25,57	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,55	0,26	29,30	129,69	0,00
Итого			390	15,31	24,46	42,71	452,72	2,68
Всего				51,08	79,34	216,57	1 795,68	139,77