

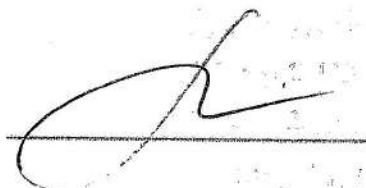
Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Патфулина Г.М.



МЕНЮ

03 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		
Завтрак								
2012	205	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200	2.8	17.55	19.44	164.86	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	7	14.62	125.9	0
2008	411	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1.44	0	2.16	68.84	0
Итого			421	7.84	24.55	36.22	359.6	0
II завтрак								
2008		СОК	180	0.52	0	5.8	90	7
Итого			180	0.52	0	5.8	90	7
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.2	13.5	15.4	194.5	0.3
2008	272	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.04		9.7	41.8	1.3
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	5.16	4.64	31.42	144.9	29.4
2012	376	КОТЛЕТА ПАРОВАЯ	70	11.68	17	7.7	123.5	0.4
2012	349	ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	50	1.12	2.4	1.9	53.6	4.9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	5.16	2.9	27.4	144.9	0
Итого			660	30.36	40.44	93.52	703.2	35.9
Полдник								
2008	192	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	150	9.3	3.6	68.85	107.8	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.04	0	12.13	89.4	0.4
Итого			330	9.34	3.6	80.98	197.2	0.6
Всего				48.06	68.59	216.74	1350	43.5

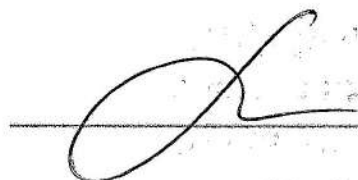
 Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Дятфулина Г.М.

МЕНЮ

04 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		
Завтрак								
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	305	4.06	6	14	123.5	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5.22	5.22	30.96	89.7	0.8
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.06		24.4	146	0.8
Итого			415	16.26	21.64	69.36	359.2	1.6
II завтрак								
2008		ЙОГУРТ	180		6.72	8.4	89.8	0.7
Итого			180		6.72	8.4	89.8	0.7
Обед								
2012		УХА	200	6.8	2	11	90.36	3.6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180	21.8	19.04	17.4	297	12.2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	1.8	0	17.46	115.3	2.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0.86	3.65	5.2	56.34	6
Итого			650	33.18	25.17	64.24	628.6	24.6
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	150	10.2	10.39	29.6	168.6	0.2
2008	368	СЛАДКИЙ СОУС	250	11.2	4.2	8	58.5	0
Итого			380	11.418	14.59	47.104	269.4	0.2
Всего				66.948	68.12	194.104	1347	27.1

 Попова Г.С.

МДОУ Красногогорский детский сад «СКАЗКА»

Согласовано

Заведующий

Патфулина Г.М.

МЕНЮ

05 августа 2026 год

детей с 3 до 7 лет

САД 10 часов



Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		
Завтрак								
2012	93	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.0	149.15	0.5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30\6	6.06	8	15.62	140.21	0.2
2012	395	ККОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	69.24	0.5
Итого			421	14.48	19.68	42.18	358.6	1.2
II завтрак								
2008	442	СОК	180	0.1	0	12	89.65	2.2
Итого			180	0.1	0	12	89.65	2.2
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4.22	16.5	13.77	155.15	6
2012	259	ГУЛЯШ	70	7.86	2.34	17.64	109.3	2.2
2008	376	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0.54	0.018	14.372	41.8	0.1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		0.48	13.36	69.6	0
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130			9.52	135.7	10.1
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3		5.02	116	10.8
Итого			670	22.11	18.538	73.682	627.55	29.2
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30		3.45	0.21	47.1	0
2008	192	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	80	3.76	3.92	37.84	179.55	0.6
Итого			260	6.958	7.37	47.554	268.95	0.6
Всего				45.558	45.588	175.416	1344.75	33.2

Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»



Согласовано

Заведующий

Натруллина Г.М

МЕНЮ

06 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2008	189	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.76	6.38	16.4	143.8	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.85	1.40	12.52	89.7	0.5
Итого			421	11.4	14.78	43.54	359.4	1.0

II завтрак

2008		ФРУКТ	180	0.52	0	5.8	89.85	1.9
Итого			180	0.52	0	5.8	89.85	1.9

Обед

2008	100	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	10.18	6.52	9.98	198.61	3.4
2012	247	КОГЛЕТА РЫБНАЯ	70	7.8	4.35	28.3	89.7	0.3
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	60	1.2	4.2	8	41	0.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1.44	0	25.56	71.64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012		КУКУРУЗА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.10	4.5
Итого			730	29.07	27.76	135.85	698.25	8.7

Полдник

2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.4	146	0.5
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.018	0	9.504	36	0.1
к\к	к\к	кондитерское изделие	12	0.9	1.04	8.9	87.55	0
Итого			392	8.06	11.8	42.84	269.55	0.6
Всего				49.05	54.34	227.994	1347.75	12.2

 Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Согласовано

Заведующий

«СКАЗКА»

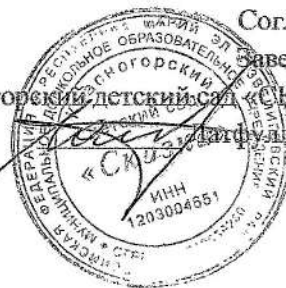
Поповина Г.М.

МЕНЮ

07 августа 2026 год

для детей с 3 до 7 лет

САД 10 часов



Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		

Завтрак

2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.16	5.6	19.56	164.86	0.2
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	69.24	0.2
Итого			421	10.66	13.86	36.34	360	0.4

II завтрак

2008		СОК	180	0.1	0	12	90	2.2
Итого			180	0.1	0	12	90	2.2

Обед

2012	80	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2.99	7.54	15.33	234.7	5
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	8.64	1.38	46.02	144.9	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ	180	1.44	0	25.56	41.8	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	60	1.2	4.2	8	41	0.5
2012		КУРЫ ОТВАРНЫЕ	70	17.92	14.58	5.62	91.7	1.1
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.03	9.1
Итого			660	35.19	28.23	115.02	630	15.7

Полдник

2008	189	СЫРНИКИ	150	11.2	12.69	40.2	143.9	0.2
2008	430	СТУЩЁННОЕ МОЛОКО	50	2.1	5.2	7.1	83.8	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.04	0	12.13	42.3	0
Итого			380	13.34	17.89	59.43	270	0.2
Всего				59.29	59.98	222.79	1350	18.5

Попова Г.С.

Согласовано
 МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
 Поповина Г.М.



МЕНЮ

10 августа 2026 год
 для детей с 3 до 7 лет
 САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200	4.9	5.3	21.9	194.6	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	6	14.3	125.9	0
к\к	к\к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0	0	9.9	39.5	0
Итого			421	8.5	11.3	48.1	360	0

II завтрак

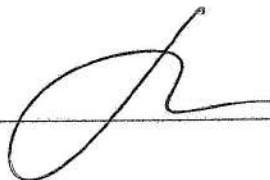
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.1	0	12	90	2.1
Итого			180	0.1	0	12	90	2.1

Обед

2008	83	ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.6	5.8	8.6	182.7	4.8
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	8.2	14.6	36.6	190.06	1.3
к\к	к\к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2008	402	КОМПОТ С КУРАГОЙ	180	1.8	0	17.46	71.64	0
2008		СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3	6.5	0.91	116	0.2
Итого			664	25.5	27.38	46.93	630	6.3

Полдник

к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.02	0	9.504	36	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	15	16.7	88.7	234	1
Итого			380	15	17.7	98.2	270	1.1
Всего				49.1	54.85	233.23	1350	9.5

 Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Согласовано

Заведующий

Цифрулина Г.М.

11 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		

Завтрак

2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ-МОЛОЧНАЯ-С МАСЛОМ	200	4.59	5.76	23.68	162.86	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	6.2	9.02	15.67	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.82	1.48	12.54	69.24	0.5
Итого			421	12.64	16.26	51.89	358	1

II завтрак

2008		ЙОГУРТ	180	0.4	0.4	9.8	89.5	0.7
Итого			180	0.4	0.4	9.8	89.5	0.7

Обед

2008	92	СУП С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	200	1.38	4.63	8.25	204.5	3.7
2012	376	КОМПОТ С ЧЕРНОСЛИВОМ	180	0	0	10.5	41.8	0.2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	14.36	69.6	0
2008	306	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	180	4.11	3.18	2.99	288.5	29.4
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.1	4.4
Итого			650	9.31	12.1	38.03	626.5	37.7

Полдник

2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	150	10.2	10.39	29.6	168.6	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	2.1	5.2	7.1	57.6	0.5
Итого			390	12.3	15.59	46.2	268.5	0.7
Всего				34.62	44.35	146.19	1342.5	40.1

Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Латфуллина Г.М.



МЕНЮ

12 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов.

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		

Завтрак

2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	3.92	4.48	18.20	143.4	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.58	1.40	12.52	89.70	0.5
Итого			421	8.22	10.47	46.39	359	1

II завтрак

2008		СОК	180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7
Итого			180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7

Обед

2008	92	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	200	5.48	11.248	51.27	140.5	3.7
2012	315	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	21.8	19.04	17.4	297	0.2
2012		ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2.64	0.48	13.36	69.6	4.4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	1.8	0	17.46	115.3	
Итого			650	32.08	30.818	100.162	628.25	37.7

Полдник

2012	93	КАША РИСОВАЯ	200	6.98	10.42	24.4	149.15	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.20	0.06	10.04	78.40	0
к/к	к/к	кондитерское изделие	20	1.28	1.12	32.44	41.7	0.5
Итого			400	8.46	11.6	66.9	269.25	0.7
Всего				46.26	52.98	233.552	1346.25	40.1

 Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»



Согласовано

Заведующий

Патрушина Г.М.

МЕНЮ

13 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		
Завтрак								
2008		КАША «ГЕРКУЛЕС» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.03	6.61	24.80	163.66	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.82	1.48	12.54	69.24	0.5
Итого			421	10.57	12.68	53.01	358.8	1
II завтрак								
2008		ФРУКТЫ	100	0.44	0.44	10.78	89.7	0.7
Итого			100	0.44	0.44	10.78	89.7	0.7
Обед								
2008		СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.26	10.04	15.40	194.5	3.7
2008	306	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ДОП. ГАРНИР)	50	1.12	3.91	3.32	53.6	0.2
2008	272	САРДЕЛЬКА ПАРОВАЯ	70	11.68	18.68	3.60	123.5	0
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	5.16	4.64	31.42	144.9	29.4
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.04	0	10.58	41.8	4.4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	
Итого			660	27.9	37.75	77.68	627.9	37.7
Полдник								
2012		ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ	200	3.92	4.48	18.20	153.6	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	2.50	12.5	32.5	73.2	0.5
Итого			400	6.438	16.98	60.204	269.1	0.7
Всего				45.348	67.85	201.674	1345.5	40.1

Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

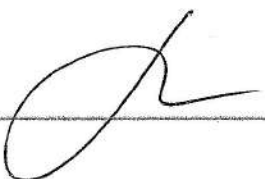
Латфуллина Г.М.

МЕНЮ

14 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		
Завтрак								
2008		КАША «ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5.21	7.73	27.71	144	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	89.70	0.5
Итого			421	9.37	13.58	45.5	359.6	1
II завтрак								
2008		СОК	180	0.1	0	12	89.9	0.7
Итого			180	0.1	0	12	8.9	0.7
Обед								
2008		БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	3.85	2.175	6.775	196.32	3.7
2012	247	РЫБА ПАРОВАЯ	70	13.97	3.24	0.34	86.04	0.2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	0
2012	349	СОУС	60	1.2	4.2	8	41	29.4
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	4.4
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.54	0.018	14.372	71.64	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	
Итого			680	27.19	18.563	74.697	629.3	37.7
Полдник								
2012		ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	90	9.99	4.3	24.48	180.3	0.2
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	3.18	3.45	0.21	47.1	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0.5
Итого			300	13.2	7.75	34.2	269.7	0.7
Всего				49.86	39.893	166.397	1348.5	40.1

 Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Попова Г.М.



МЕНЮ

18 августа 2025
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		

Завтрак

2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	4.06	6	14	123.5	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5.22	5.22	30.96	89.7	0.8
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.06		24.4	146	0.8
Итого			415	16.26	21.64	69.36	359.2	1.6

II завтрак

2008		ЙОГУРТ	180		6.72	8.4	89.8	0.7
Итого			180		6.72	8.4	89.8	0.7

Обед

2012		УХА	200	6.8	2	11	90.36	3.6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180	21.8	19.04	17.4	297	12.2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	1.8	0	17.46	115.3	2.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0.86	3.65	5.2	56.34	6
Итого			650	33.18	25.17	64.24	628.6	24.6

Полдник

к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	150	10.2	10.39	29.6	168.6	0.2
2008	368	СЛАДКИЙ СОУС	250	11.2	4.2	8	58.5	0
Итого			380	11.418	14.59	47.104	269.4	0.2
Всего				66.948	68.12	194.104	1347	27.1

Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Согласовано

Заведующий

Латфуллина Г.М.

МЕНЮ

19 августа 2025
детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2012	93	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.0	149.15	0.5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30%	6.06	8	15.62	140.21	0.2
2012	395	ККОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	69.24	0.5
Итого			421	14.48	19.68	42.18	358.6	1.2

II завтрак

2008	442	СОК	180	0.1	0	12	89.65	2.2
Итого			180	0.1	0	12	89.65	2.2

Обед

2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4.22	16.5	13.77	155.15	6
2012	259	ГУЛЯШ	70	7.86	2.34	17.64	109.3	2.2
2008	376	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0.54		14.372	41.8	0.1
					0.018			
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		0.48	13.36	69.6	0
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130			9.52	135.7	10.1
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3		5.02	116	10.8
Итого			670	22.11	18.538	73.682	627.55	29.2

Полдник

2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30		3.45	0.21	47.1	0
2008	192	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	80	3.76	3.92	37.84	179.55	0.6
Итого			260	6.958	7.37	47.554	268.95	0.6
Всего				45.558	45.588	175.416	1344.75	33.2

Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Согласовано

Заведующий

Лазарева Г.М.

МЕНЮ

20 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		

Завтрак

2008	189	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.76	6.38	16.4	143.8	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.85	1.40	12.52	89.7	0.5
Итого			421	11.4	14.78	43.54	359.4	1.0

II завтрак

2008		ФРУКТ	180	0.52	0	5.8	89.85	1.9
Итого			180	0.52	0	5.8	89.85	1.9

Обед

2008	100	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	10.18	6.52	9.98	198.61	3.4
2012	247	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	7.8	4.35	28.3	89.7	0.3
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	60	1.2	4.2	8	41	0.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1.44	0	25.56	71.64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012		КУКУРУЗА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.10	4.5
Итого			730	29.07	27.76	135.85	698.25	8.7

Полдник

2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.4	146	0.5
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.018	0	9.504	36	0.1
к\к	к\к	кондитерское изделие	12	0.9	1.04	8.9	87.55	0
Итого			392	8.06	11.8	42.84	269.55	0.6
Всего				49.05	54.34	227.994	1347.75	12.2

Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Патфуллина Г.М.

МЕНЮ
21 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.16	5.6	19.56	164.86	0.2
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	69.24	0.2
Итого			421	10.66	13.86	36.34	360	0.4
II завтрак								
2008		СОК	180	0.1	0	12	90	2.2
Итого			180	0.1	0	12	90	2.2
Обед								
2012	80	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСО- КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2.99	7.54	15.33	234.7	5
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	8.64	1.38	46.02	144.9	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ	180	1.44	0	25.56	41.8	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	60	1.2	4.2	8	41	0.5
2012		КУРЫ ОТВАРНЫЕ	70	17.92	14.58	5.62	91.7	1.1
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.03	9.1
Итого			660	35.19	28.23	115.02	630	15.7
Полдник								
2008	189	СЫРНИКИ	150	11.2	12.69	40.2	143.9	0.2
2008	430	СГУЩЁННОЕ МОЛОКО	50	2.1	5.2	7.1	83.8	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.04	0	12.13	42.3	0
Итого			380	13.34	17.89	59.43	270	0.2
Всего				59.29	59.98	222.79	1350	18.5

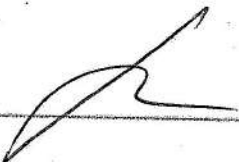
 Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Нафискина Г.М.

МЕНЮ
24 августа 2026 год
детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		
Завтрак								
2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200	4.9	5.3	21.9	194.6	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	6	14.3	125.9	0
к\к	к\к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0	0	9.9	39.5	0
Итого			421	8.5	11.3	48.1	360	0
II завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.1	0	12	90	2.1
Итого			180	0.1	0	12	90	2.1
Обед								
2008	83	ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.6	5.8	8.6	182.7	4.8
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	8.2	14.6	36.6	190.06	1.3
к\к	к\к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2008	402	КОМПОТ С КУРАГОЙ	180	1.8	0	17.46	71.64	0
2008		СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3	6.5	0.91	116	0.2
Итого			664	25.5	27.38	46.93	630	6.3
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.02	0	9.504	36	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	15	16.7	88.7	234	1
Итого			380	15	17.7	98.2	270	1.1
Всего				49.1	54.85	233.23	1350	9.5

 Попова Г.С.

25 августа 2026 год
детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	150	10.2	10.39	29.6	168.6	0.2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	2.1	5.2	7.1	57.6	0.5
Итого			390	12.3	15.59	46.2	268.5	0.7
Всего				34.62	44.35	146.19	1342.5	40.1

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Поповкина Г.М.

МЕНЮ

26 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2008	189	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	3.92	4.48	18.20	143.4	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.58	1.40	12.52	89.70	0.5
Итого			421	8.22	10.47	46.39	359	1

II завтрак

2008		СОК	180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7
Итого			180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7

Обед

2008	92	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	200	5.48	11.248	51.27	140.5	3.7
2012	315	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	21.8	19.04	17.4	297	0.2
2012		ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	4.4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	1.8	0	17.46	115.3	
Итого			650	32.08	30.818	100.162	628.25	37.7

Полдник

2012	93	КАША РИСОВАЯ	200	6.98	10.42	24.4	149.15	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.20	0.06	10.04	78.40	0
к\к	к\к	кондитерское изделие	20	1.28	1.12	32.44	41.7	0.5
Итого			400	8.46	11.6	66.9	269.25	0.7
Всего				46.26	52.98	233.552	1346.25	40.1

Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Поповкина Г.М.

МЕНЮ

27 августа 2026 год
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2008		КАША «ГЕРКУЛЕС» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.03	6.61	24.80	163.66	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	305\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.82	1.48	12.54	69.24	0.5
Итого			421	10.57	12.68	53.01	358.8	1

II завтрак

2008		ФРУКТЫ	100	0.44	0.44	10.78	89.7	0.7
Итого			100	0.44	0.44	10.78	89.7	0.7

Обед

2008		СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.26	10.04	15.40	194.5	3.7
2008	306	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ДОП. ГАРНИР)	50	1.12	3.91	3.32	53.6	0.2
2008	272	САРДЕЛЬКА ПАРОВАЯ	70	11.68	18.68	3.60	123.5	0
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	5.16	4.64	31.42	144.9	29.4
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.04	0	10.58	41.8	4.4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	
Итого			660	27.9	37.75	77.68	627.9	37.7

Полдник

2012		ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ	200	3.92	4.48	18.20	153.6	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
к\к	к\к	кондитерское изделие	20	2.50	12.5	32.5	73.2	0.5
Итого			400	6.438	16.98	60.204	269.1	0.7
Всего				45.348	67.85	201.674	1345.5	40.1

Попова Г.С.

МДОУ Красногорский детский сад «Сказка»



Согласовано

Заведующий

Патрушина Г.М.

МЕНЮ

28 августа 2026 год

детей с 3 до 7 лет

САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2008		КАША «ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5.21	7.73	27.71	144	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	89.70	0.5
Итого			421	9.37	13.58	45.5	359.6	1

II завтрак

2008		СОК	180	0.1	0	12	89.9	0.7
Итого			180	0.1	0	12	8.9	0.7

Обед

2008		БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	3.85	2.175	6.775	196.32	3.7
2012	247	РЫБА ПАРОВАЯ	70	13.97	3.24	0.34	86.04	0.2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	0
2012	349	СОУС	60	1.2	4.2	8	41	29.4
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	4.4
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.54	0.018	14.372	71.64	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	
Итого			680	27.19	18.563	74.697	629.3	37.7

Полдник

2012		ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	90	9.99	4.3	24.48	180.3	0.2
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	3.18	3.45	0.21	47.1	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0.5
Итого			300	13.2	7.75	34.2	269.7	0.7
Всего				49.86	39.893	166.397	1348.5	40.1

Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Матвеев Г.М.

МЕНЮ
31 августа 2026 год
детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов



Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		

Завтрак

2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200	4.9	5.3	21.9	194.6	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	6	14.3	125.9	0
к\к	к\к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0	0	9.9	39.5	0
Итого			421	8.5	11.3	48.1	360	0

II завтрак

2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.1	0	12	90	2.1
Итого			180	0.1	0	12	90	2.1

Обед

2008	83	ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.6	5.8	8.6	182.7	4.8
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	8.2	14.6	36.6	190.06	1.3
к\к	к\к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2008	402	КОМПОТ С КУРАГОЙ	180	1.8	0	17.46	71.64	0
2008		СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3	6.5	0.91	116	0.2
Итого			664	25.5	27.38	46.93	630	6.3

Полдник

к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.02	0	9.504	36	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	15	16.7	88.7	234	1
Итого			380	15	17.7	98.2	270	1.1
Всего				49.1	54.85	233.23	1350	9.5

Попова Г.С.