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

МЕНЮ

03 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	3.26	4.07	21.29	120.86	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	160	1.75	1.58	12.72	29.24	0.5
Итого			**351**	**11.21**	**14.67**	**49.68**	**276**	**1**
II завтрак								
2008		ЙОГУРТ	150	0.35	0.35	6	69	0.7
		Итого	**150**	**0.35**	**0.35**	**6**	**69**	**0.7**
Обед								
2008	92	СУП С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	150	1.32	2.53	6.15	122.3	3.7
2012	376	КОМПОТ С ЧЕРНОСЛИВОМ	150	3.08	2.22	1.99	302.8	0.2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.08	0.10	2.63	18.1	0
2008	259	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2.57	4.67	17	128.40	0
	272	САРДЕЛЬКА	50	7.78	5.78	7.85	103.5	0
	349	СОУС	30	0.25	1.13	8	21	2.9
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	0	0	9.11	31.5	4.4
Итого			**540**	**15.96**	**16.43**	**52.73**	**483**	**37.7**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	110	10	10.2	24.3	139.1	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	1.09	4.5	6.1	45.6	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0.2	0	8.04	22.3	0.5
Итого			**290**	**11.29**	**14.7**	**38.44**	**207**	**0.7**
Всего				**38.81**	**46.15**	**146.85**	**1035**	**40.1**

_____Попова Г.С.

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

03 ноября 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	Углеводы,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
к\к	288	СОУС	60	1.2	4.2	8	41	
к\к	305	САРДЕЛЬКА	70	11.68	18.68	3.60	123.5	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	14.36	69.6	0
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	29.4
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.1	4.4
Итого			**730**	**22.71**	**40.2**	**77.36**	**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				**48.02**	**72.45**	**185.25**	**1342.5**	**40.1**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

05 ноября 2026 год

для детей с 1.5 до 3 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	150	4.76	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	160	1.75	1.48	12.54	69.24	0.5
Итого			**351**	**9.23**	**12.68**	**53.01**	**358.8**	**1**
II завтрак								
2008		ФРУКТЫ	95	0.40	0.40	9.80	70	0.7
		Итого	**95**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**70**	**0.7**
Обед								
2008		СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	4.12	5.63	15.13	134	3.7
2008	306	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ДОП. ГАРНИР)	50	1.12	3.91	3.32	53.6	0.2
2008	272	САРДЕЛЬКА ПАРОВАЯ	50	7.78	5.78	7.85	103.5	0
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	110	3.8	0.55	20.8	124.9	29.4
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	10.50	21.8	4.4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	
Итого			**530**	**18.8**	**16.23**	**67.62**	**490**	**37.7**
Полдник								
2012		ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3.60	4.46	8.16	107	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	1.4	1.66	31.66	80.7	0.5
Итого			**310**	**5.2**	**6.12**	**47.86**	**210**	**0.7**
Всего				**33.63**	**35.3**	**170.07**	**1050**	**40.1**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

05 ноября 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	Углеводы,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.

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

МЕНЮ

06 ноября 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.
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	89.70	0.
Итого			**421**	**9.37**	**13.58**	**45.5**	**359.6**	
II завтрак								
2008		СОК	180	0.1	0	12	89.9	0.
		Итого	**180**	**0.1**	**0**	**12**	**8.9**	**0.**
Обед								
2008		БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	3.85	2.175	6.775	196.32	3.
2012	247	РЫБА ПАРОВАЯ	70	13.97	3.24	0.34	86.04	0.
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	
2012	349	СОУС	60	1.2	4.2	8	41	29.
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	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.**
Полдник								
2012		ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	90	9.99	4.3	24.48	180.3	0.
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	3.18	3.45	0.21	47.1	
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0.
Итого			**300**	**13.2**	**7.75**	**34.2**	**269.7**	**0.**
Всего				**49.86**	**39.893**	**166.397**	**1348.5**	**40.**

_____Попова Г.С.

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

МЕНЮ

06 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 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	150	4.66	5.79	20.78	102.4	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	160	1.58	1.40	12.52	49.7	0.5
Итого			**351**	**8.96**	**11.78**	**48.97**	**278**	**1**
II завтрак								
2008		СОК	150	1.58	1.40	10.54	69.5	0.7
		Итого	**150**	**1.58**	**1.40**	**10.54**	**69.5**	**0.7**
Обед								
2008		БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2.31	1.305	4.065	173.56	3.7
2012	247	РЫБА ПАРОВАЯ	50	8.1	4.2	2.4	84.4	0.2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.57	4.67	17	128.40	0
2012	349	СОУС	30	0.25	1.13	8	21	29.4
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	30	0.21	0.03	1.03	5.3	4.4
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1.2	0	11	21.64	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	
Итого			**540**	**14.31**	**11.70**	**53.70**	**486.5**	**37.7**
Полдник								
2012		ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	90	3.79	2	23.44	159.1	0.2
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	2.08	2.60	0.21	27.1	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0.5
Итого			**270**	**6.25**	**4.6**	**31.69**	**208.5**	**0.7**
Всего				**31.37**	**29.48**	**144.89**	**1042.5**	**40.1**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

09 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012	2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	3.8	0.55	20.8	121.86	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	411	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	1.75	0	12.72	29.24	0
Итого			**351**	**10.61**	**7.55**	**48.14**	**277**	**0**
II завтрак								
2008		СОК	150	0.4	0.4	9.8	69.25	7
		Итого	**150**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**69.25**	**7**
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2.8	4	10	115.25	4.4
2008	272	КОТЛЕТА ПАРОВАЯ	50		6.74	8.97	157.6	0.6
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	110	3.8	0.55	20.8	110.16	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	9.11	31.5	0
2012	349	ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	9.96	0.1	2.63	18.13	0.5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
Итого			**510**	**18.54**	**11.75**	**61.53**	**484.75**	**10.8**
Полдник								
2008	192	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	130	3.38	4.95	11.12	150.35	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.6	2.3	11.3	57.4	0.4
Итого			**280**	**5.98**	**7.25**	**22.42**	**207.75**	**1**
Всего				**36.62**	**36.75**	**141.79**	**1308.75**	**18.8**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит Ми С,м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012	205	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200	2.8	17.55	19.44	164.86	
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	7	14.62	125.9	
2008	411	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1.44	0	2.16	68.84	
Итого			**421**	**7.84**	**24.55**	**36.22**	**359.6**	
II завтрак								
2008		СОК	180	0.52	0	5.8	90	
		Итого	**180**	**0.52**	**0**	**5.8**	**90**	
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.2	13.5	15.4	194.5	0.
2008	272	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.04		9.7	41.8	1.
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	5.16	4.64	31.42	144.9	29.
2012	376	КОТЛЕТА ПАРОВАЯ	70	11.68	17	7.7	123.5	0.
2012	349	ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	50	1.12	2.4	1.9	53.6	4.
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	5.16	2.9	27.4	144.9	
Итого			**660**	**30.36**	**40.44**	**93.52**	**703.2**	**35.**
Полдник								
2008	192	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	150	9.3	3.6	68.85	107.8	0.
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.04	0	12.13	89.4	0.
Итого			**330**	**9.34**	**3.6**	**80.98**	**197.2**	**0.**
Всего				**48.06**	**68.59**	**216.74**	**1350**	**43.**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

10 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.90	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1.58	1.4	12.52	49.7	0.8
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150			18.82	103.8	0.8
Итого			**351**	**11.3**	**14**	**45.96**	**279.4**	**1.6**
II завтрак								
2008		ЙОГУРТ	150	0.35	0.35	6	69.85	0.7
		Итого	**150**	**0.35**	**0.35**	**6**	**69.85**	**0.7**
Обед								
2012		УХА	150	5.6	1.98	9.9	107	3.6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180	5.63	3.98	11	188.15	12.2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0.12	0.12	11.92	195.3	2.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	0.81	2.12	4.18	46.3	6
Итого			**530**	**14.4**	**8.56**	**47.02**	**488.95**	**24.6**
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	42.3	0
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	130	10	10.2		168.6	0.2
2008	368	СЛАДКИЙ СОУС	30	0.42			58.5	0
Итого			**310**	**10.62**		**34.1**	**269.4**	**0.2**
Всего				**36.41**	**34.33**	**133.08**	**1047.75**	**27.1**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

10 ноября 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	Углеводы,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.

Согласовано

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

МЕНЮ

11 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	ВитаМин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012	93	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.16	5.6	19.56	124.86	0.5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30\6	5.06	7	14.62	125.9	0.2
2012	395	ККОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1.75	1.58	12.72	29.24	0.5
Итого			**351**	**10.97**	**14.18**	**46.9**	**280**	**1.2**
II завтрак								
2008	442	СОК	150	1.58	1.4	10.54	70	2.2
		Итого	**150**	**1.58**	**1.4**	**10.54**	**70**	**2.2**
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	3.21	3.5	11.6	100.3	6
2012	259	ГУЛЯШ	50	4.5	5.7	11.85	98.3	2.2
2008	376	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0	0	9.11	31.5	0.1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	110	1.53	2.62	9.03	120.7	10.1
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	3.98	4.88	0.68	87	10.8
Итого			**510**	**15.2**	**17.06**	**52.29**	**490**	**29.2**
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	2.08	2.6	0.21	27.1	0
2008	192	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	80	3.45	1.4	33.33	160.6	0.6
Итого			**260**	**5.73**	**4**	**41.58**	**210**	**0.6**
Всего				**33.48**	**36.64**	**151.31**	**1050**	**33.2**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит Мин С,м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012	93	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.0	149.15	0.
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30\6	6.06	8	15.62	140.21	0.
2012	395	ККОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	69.24	0.
Итого			**421**	**14.48**	**19.68**	**42.18**	**358.6**	**1.**
II завтрак								
2008	442	СОК	180	0.1	0	12	89.65	2.
		Итого	**180**	**0.1**	**0**	**12**	**89.65**	**2.**
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4.22	16.5	13.77	155.15	
2012	259	ГУЛЯШ	70	7.86	2.34	17.64	109.3	2.
2008	376	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0.54	0.018	14.372	41.8	0.
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		0.48	13.36	69.6	
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130			9.52	135.7	10.
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3		5.02	116	10.
Итого			**670**	**22.11**	**18.538**	**73.682**	**627.55**	**29.**
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30		3.45	0.21	47.1	
2008	192	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	80	3.76	3.92	37.84	179.55	0.
Итого			**260**	**6.958**	**7.37**	**47.554**	**268.95**	**0.**
Всего				**43.558**	**45.588**	**175.416**	**1344.75**	**33.**

Попова Г.С.

Согласовано

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

МЕНЮ

12 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.76	6.38	16.4	103.4	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	1.58	1.40	12.52	49.7	0.5
Итого			**351**	**11.4**	**14.78**	**43.54**	**279.6**	**1.0**
II завтрак								
2008		ФРУКТ	150	0.4	0.4	9.8	69.9	1.9
		Итого	**150**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**69.9**	**1.9**
Обед								
2008	100	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3.63	4.79	6.55	148.86	3.4
2012	247	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	8.1	4.2	2.4	100.1	0.3
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	2.57	4.2	8	41	0.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	1.08	4.67	17	148.40	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1.2	0	11	21.64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012		КУКУРУЗА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	1.18	0.10	2.63	18.1	4.5
Итого			**510**	**18.56**	**14.12**	**49.6**	**489.3**	**8.7**
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5.68	8.31	21.5	135	0.5
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0.8	0.10	8.20	26	0.1
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	1.18	0.94	15.1	48.7	0
Итого			**310**	**7.66**	**9.35**	**44.7**	**209.7**	**0.6**
Всего				**38.02**	**38.65**	**147.64**	**1048.5**	**12.2**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

12 ноября 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	Углеводы,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»
_____ Латфуллина Г.М

МЕНЮ

13 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	3.6	4.21	17.63	124.86	0.2
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1.75	1.58	12.72	29.24	0.2
Итого			**351**	**10.41**	**12.79**	**44.97**	**280**	**0.4**
II завтрак								
2008		СОК	150	1.58	1.40	10.54	70	2.2
		Итого	**150**	**1.58**	**1.40**	**10.54**	**70**	**2.2**
Обед								
2012	80	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	1.87	6.03	12.42	155.44	5
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3.8	14.58	20.8	121.86	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ	150	0	0	9.11	31.5	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0.25	4.2	8	21	0.5
2012		КУРЫ ОТВАРНЫЕ	50	13.92	14.58	3.62	102.7	1.1
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	30	0.21	0.03	1.03	5.3	9.1
Итого			**540**	**22.03**	**22.68**	**65**	**490**	**15.7**
Полдник								
2008	189	СЫРНИКИ	130	10.8	11.76	38.9	113.9	0.2
2008	430	СГУЩЁННОЕ МОЛОКО	30	1.88	4.56	6.78	73.8	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0
Итого			**310**	**12.88**	**16.32**	**53.72**	**210**	**0.2**
Всего				**46.9**	**53.19**	**174.23**	**1050**	**18.5**

_____Попова Г.С.

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

МЕНЮ

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,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»
Латфуллина Г.М

МЕНЮ

16 ноября 2026 год
Для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	ВитаМин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	2.27	4.27	14.6	130.80	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	6	14.3	125.9	0
к\к	к\к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0	0	9.9	23.30	0
Итого			**351**	**8.27**	**10.27**	**38.8**	**280**	**0**
II завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0.1	0	5.8	70	2.1
		Итого	**150**	**0.1**	**0**	**5.8**	**70**	**2.1**
Обед								
2008	83	ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2.95	4.8	6.87	181.16	4.8
	259	ГУЛЯШ	50	4.5	5.7	11.85	98.3	2.2
2008	259	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2.57	4.67	17	128.40	0
к\к	к\к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3.98	4.88	0.68	107	0
2008	402	КОМПОТ С КУРАГОЙ	150	1.58	0.36	10.02	52.2	0
2008		СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	1.2	0	11	21.64	0.2
Итого			**510**	**16.78**	**20.41**	**47.47**	**490**	**6.3**
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	11.8	11.8	72.9	187	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	180	0.8	0.8	8.20	23	1
Итого			**330**	**12.6**	**10.7**	**81.1**	**210**	**1.1**
Всего				**45.13**	**60.97**	**418.16**	**1050**	**9.5**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

16 ноября 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	Углеводы,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	261.06	4.8
2008	152	ГУЛЯШ	70	7.86	2.34	17.64	41.8	1.3
	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	5.16	4.64	31.42	144.9	1.0
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**	**26.26**	**17.46**	**96.48**	**630**	**6.3**
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.02	0	9.504	36	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЁННЫМ 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.

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

МЕНЮ

17 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	3.26	4.07	21.29	120.86	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	160	1.75	1.58	12.72	29.24	0.5
Итого			**351**	**11.21**	**14.67**	**49.68**	**276**	**1**
II завтрак								
2008		ЙОГУРТ	150	0.35	0.35	6	69	0.7
		Итого	**150**	**0.35**	**0.35**	**6**	**69**	**0.7**
Обед								
2008	92	СУП С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	150	1.32	2.53	6.15	122.3	3.7
2012	376	КОМПОТ С ЧЕРНОСЛИВОМ	150	3.08	2.22	1.99	302.8	0.2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.08	0.10	2.63	18.1	0
2008	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2.57	4.67	17	128.40	29.4
	349	СОУС	30	0.25	1.13	8	21	2.9
	272	САРДЕЛЬКА	50	7.78	5.78	7.85	103.5	0
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	0	0	9.11	31.5	4.4
Итого			**540**	**15.96**	**16.43**	**52.73**	**483**	**37.7**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	110	10	10.2	24.3	139.1	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	1.09	4.5	6.1	45.6	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0.2	0	8.04	22.3	0.5
Итого			**300**	**11.29**	**14.7**	**38.44**	**207**	**0.7**
Всего				**38.81**	**46.15**	**146.85**	**1035**	**40.1**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

17 ноября 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	Углеводы,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	352	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4.64	8.4	30.72	158.40	29.4
	288	СОУС	60	1.2	4.2	8	41	1.3
	305	САРДЕЛЬКА	70	11.68	18.68	3.60	123.5	1.5
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.1	4.4
Итого			**730**	**22.71**	**40.2**	**77.36**	**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				**48.02**	**72.45**	**185.25**	**1342.5**	**40.1**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

18 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	2.12	3.71	5.71	94.40	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	160	1.58	1.40	12.52	49.7	0.5
Итого.			**421**	**6.42**	**9.7**	**33.9**	**270**	**1**
II завтрак								
2008		СОК	150	1.58	1.40	10.54	67.75	0.7
		Итого	**150**	**1.58**	**1.40**	**10.54**	**67.75**	**0.7**
Обед								
2008	92	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	150	21.9	23.67	34.89	131.55	3.7
2012	315	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	160	5.63	3.98	11	188.15	0.2
2012		ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ	30	0.21	0.03	1.03	5.3	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	4.4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0.12	0.12	11.92	95.3	
Итого			**510**	**29.84**	**28.16**	**68.86**	**472.5**	**37.7**
Полдник								
2012	93	КАША РИСОВАЯ	200	4.16	5.6	19.56	102.3	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.6	2.3	11.3	68.5	0
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	0.84	1	23.2	31.7	0.5
Итого			**310**	**7.6**	**8.9**	**54.06**	**202.5**	**0.7**
Всего				**45.44**	**48.16**	**167.36**	**1012.5**	**40.1**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

18 ноября 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	Углеводы,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»
Шатфуллина Г.М

МЕНЮ

19 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 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	150	4.76	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	160	1.75	1.48	12.54	69.24	0.5
Итого			**351**	**9.23**	**12.68**	**53.01**	**358.8**	**1**
II завтрак								
2008		ФРУКТЫ	95	0.40	0.40	9.80	70	0.7
		Итого	**95**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**70**	**0.7**
Обед								
2008		СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	4.12	5.63	15.13	134	3.7
2008	306	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ДОП. ГАРНИР)	50	1.12	3.91	3.32	53.6	0.2
2008	272	САРДЕЛЬКА ПАРОВАЯ	50	7.78	5.78	7.85	103.5	0
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	110	3.8	0.55	20.8	124.9	29.4
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	10.50	21.8	4.4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	
Итого			**530**	**18.8**	**16.23**	**67.62**	**490**	**37.7**
Полдник								
2012		ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3.60	4.46	8.16	107	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	1.4	1.66	31.66	80.7	0.5
Итого			**310**	**5.2**	**6.12**	**47.86**	**210**	**0.7**
Всего				**33.63**	**35.3**	**170.07**	**1050**	**40.1**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,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.

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

МЕНЮ

20 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008		КАША «ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.66	5.79	20.78	102.4	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	160	1.58	1.40	12.52	49.7	0.5
Итого			**351**	**8.96**	**11.78**	**48.97**	**278**	**1**
II завтрак								
2008		СОК	150	1.58	1.40	10.54	69.5	0.7
		Итого	**150**	**1.58**	**1.40**	**10.54**	**69.5**	**0.7**
Обед								
2008		БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2.31	1.305	4.065	173.56	3.7
2012	247	РЫБА ПАРОВАЯ	50	8.1	4.2	2.4	84.4	0.2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.57	4.67	17	128.40	0
2012	349	СОУС	30	0.25	1.13	8	21	29.4
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	30	0.21	0.03	1.03	5.3	4.4
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1.2	0	11	21.64	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	
Итого			**540**	**14.31**	**11.70**	**53.70**	**486.5**	**37.7**
Полдник								
2012		ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	90	3.79	2	23.44	159.1	0.2
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	2.08	2.60	0.21	27.1	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0.5
Итого			**270**	**6.25**	**4.6**	**31.69**	**208.5**	**0.7**
Всего				**31.37**	**29.48**	**144.89**	**1042.5**	**40.1**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

20 ноября 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 «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»
_____ Латфуллина Г.М

МЕНЮ

23 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит Мин С,м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012	2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	3.8	0.55	20.8	121.86	
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	5.06	7	14.62	125.9	
2008	411	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	1.75	0	12.72	29.24	
Итого			**351**	**10.61**	**7.55**	**48.14**	**277**	
II завтрак								
2008		СОК	150	0.4	0.4	9.8	69.25	
		Итого	**150**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**69.25**	
Обед								
2008	95	РАССОЛЬНИК НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2.8	4	10	115.25	4.
2008	272	КОТЛЕТА ПАРОВАЯ	50		6.74	8.97	157.6	0.
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	110	3.8	0.55	20.8	110.16	
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	9.11	31.5	
2012	349	ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	9.96	0.1	2.63	18.13	0.
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	
Итого			**510**	**18.54**	**11.75**	**61.53**	**484.75**	**10.**
Полдник								
2008	192	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	130	3.38	4.95	11.12	150.35	0.
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.6	2.3	11.3	57.4	0.
Итого			**280**	**5.98**	**7.25**	**22.42**	**207.75**	
Всего				**36.62**	**36.75**	**141.79**	**1308.75**	**18.**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

23 ноября 2025
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								
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	69.24	0
Итого			**421**	**9.3**	**25.81**	**36.22**	**360**	**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	КОТЛЕТА ПАРОВАЯ	180	0.04		9.7	41.8	1.3
2008	323	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	30	2.64	0.4	13.36	69.6	0
2012	376	КОМПОТ С ЧЕРНОСЛИВОМ	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	130	5.16	2.9	27.4	144.9	0
Итого			**660**	**27.9**	**37.75**	**67.6**	**627.9**	**5.6**
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	78.4	0.4
Итого			**330**	**11.44**	**8.8**	**88.01**	**270**	**1**
Всего				**47.26**	**65.03**	**229.36**	**1350**	**18.8**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

24 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.90	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1.58	1.4	12.52	49.7	0.8
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150			18.82	103.8	0.8
Итого			**351**	**11.3**	**14**	**45.96**	**279.4**	**1.6**
II завтрак								
2008		ЙОГУРТ	150	0.35	0.35	6	69.85	0.7
		Итого	**150**	**0.35**	**0.35**	**6**	**69.85**	**0.7**
Обед								
2012		УХА	150	5.6	1.98	9.9	107	3.6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180	5.63	3.98	11	188.15	12.2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0.12	0.12	11.92	195.3	2.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	0.81	2.12	4.18	46.3	6
Итого			**530**	**14.4**	**8.56**	**47.02**	**488.95**	**24.6**
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	42.3	0
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	130	10	10.2		168.6	0.2
2008	368	СЛАДКИЙ СОУС	30	0.42			58.5	0
Итого			**310**	**10.62**		**34.1**	**269.4**	**0.2**
Всего				**36.41**	**34.33**	**133.08**	**1047.75**	**27.1**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

24 ноября 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	Углеводы,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.

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

МЕНЮ

25 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2012	93	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.16	5.6	19.56	124.86	0.5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30\6	5.06	7	14.62	125.9	0.2
2012	395	ККОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1.75	1.58	12.72	29.24	0.5
Итого			**351**	**10.97**	**14.18**	**46.9**	**280**	**1.2**
II завтрак								
2008	442	СОК	150	1.58	1.4	10.54	70	2.2
		Итого	**150**	**1.58**	**1.4**	**10.54**	**70**	**2.2**
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	3.21	3.5	11.6	100.3	6
2012	259	ГУЛЯШ	50	4.5	5.7	11.85	98.3	2.2
2008	376	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0	0	9.11	31.5	0.1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	110	1.53	2.62	9.03	120.7	10.1
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	3.98	4.88	0.68	87	10.8
Итого			**510**	**15.2**	**17.06**	**52.29**	**490**	**29.2**
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	2.08	2.6	0.21	27.1	0
2008	192	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	80	3.45	1.4	33.33	160.6	0.6
Итого			**260**	**5.73**	**4**	**41.58**	**210**	**0.6**
Всего				**33.48**	**36.64**	**151.31**	**1050**	**33.2**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

25 ноября 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	Углеводы,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 М\К 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.

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

МЕНЮ

26 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.76	6.38	16.4	103.4	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	1.58	1.40	12.52	49.7	0.5
Итого			**351**	**11.4**	**14.78**	**43.54**	**279.6**	**1.0**
II завтрак								
2008		ФРУКТ	150	0.4	0.4	9.8	69.9	1.9
		Итого	**150**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**69.9**	**1.9**
Обед								
2008	100	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3.63	4.79	6.55	148.86	3.4
2012	247	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	8.1	4.2	2.4	100.1	0.3
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	2.57	4.2	8	41	0.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	1.08	4.67	17	148.40	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1.2	0	11	21.64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012		КУКУРУЗА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	1.18	0.10	2.63	18.1	4.5
Итого			**510**	**18.56**	**14.12**	**49.6**	**489.3**	**8.7**
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5.68	8.31	21.5	135	0.5
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0.8	0.10	8.20	26	0.1
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	1.18	0.94	15.1	48.7	0
Итого			**310**	**7.66**	**9.35**	**44.7**	**209.7**	**0.6**
Всего				**38.02**	**38.65**	**147.64**	**1048.5**	**12.2**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

26 ноября 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	Углеводы,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»
_____Латфуллина Г.М

МЕНЮ

27 ноября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 лет
САД 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	3.6	4.21	17.63	124.86	0.2
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1.75	1.58	12.72	29.24	0.2
Итого			**351**	**10.41**	**12.79**	**44.97**	**280**	**0.4**
II завтрак								
2008		СОК	150	1.58	1.40	10.54	70	2.2
		Итого	**150**	**1.58**	**1.40**	**10.54**	**70**	**2.2**
Обед								
2012	80	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	1.87	6.03	12.42	155.44	5
2008	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3.8	14.58	20.8	121.86	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ	150	0	0	9.11	31.5	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0.25	4.2	8	21	0.5
2012		КУРЫ ОТВАРНЫЕ	50	13.92	14.58	3.62	102.7	1.1
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	30	0.21	0.03	1.03	5.3	9.1
Итого			**540**	**22.03**	**22.68**	**65**	**490**	**15.7**
Полдник								
2008	189	СЫРНИКИ	130	10.8	11.76	38.9	113.9	0.2
2008	430	СГУЩЁННОЕ МОЛОКО	30	1.88	4.56	6.78	73.8	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2	0	8.04	22.3	0
Итого			**310**	**12.88**	**16.32**	**53.72**	**210**	**0.2**
Всего				**46.9**	**53.19**	**174.23**	**1050**	**18.5**

_____Попова Г.С.

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

МЕНЮ

27 ноября 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	Углеводы,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»
_____ Латфуллина Г.М

МЕНЮ

30 ноября 2026 год

Для детей с 1.5 до 3 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		
2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150	2.27	4.27	14.6	130.80	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	6	14.3	125.9	0
к\к	к\к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0	0	9.9	23.30	0
Итого			**351**	**8.27**	**10.27**	**38.8**	**280**	**0**
II завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0.1	0	5.8	70	2.1
		Итого	**150**	**0.1**	**0**	**5.8**	**70**	**2.1**
Обед								
2008	83	ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2.95	4.8	6.87	181.16	4.8
	259	ГУЛЯШ	50	4.5	5.7	11.85	98.3	2.2
2008	259	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2.57	4.67	17	128.40	0
к\к	к\к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3.98	4.88	0.68	107	0
2008	402	КОМПОТ С КУРАГОЙ	150	1.58	0.36	10.02	52.2	0
2008		СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	1.2	0	11	21.64	0.2
Итого			**510**	**16.78**	**20.41**	**47.47**	**490**	**6.3**
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	11.8	11.8	72.9	187	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	180	0.8	0.8	8.20	23	1
Итого			**330**	**12.6**	**10.7**	**81.1**	**210**	**1.1**
Всего				**45.13**	**60.97**	**418.16**	**1050**	**9.5**

_____ Попова Г.С.

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

МЕНЮ

30 ноября 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	Углеводы,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	261.06	4.8
2008	152	ГУЛЯШ	70	7.86	2.34	17.64	41.8	1.3
	299	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	5.16	4.64	31.42	144.9	1.0
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**	**26.26**	**17.46**	**96.48**	**630**	**6.3**
Полдник								
к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.02	0	9.504	36	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЁННЫМ 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.