

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

МЕНЮ

20 октября 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	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.