

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

МЕНЮ

07 апреля 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	78.4	3.7
2012	376	КОМПЮТ 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	306	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	130	1.98	0.36	10.02	52.2	29.4
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	0	0	9.11	31.5	4.4
Итого			480	7.46	5.11	29.9	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				30.31	34.83	124.02	1035	40.1

 Попова Г.С.

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

07 апреля 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
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.