

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

МЕНЮ
28 апреля 2026
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		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»
Дарфулина Г.М.

МЕНЮ

28 апреля 2026

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.