

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

МЕНЮ

02 сентября 2026 год
для детей с 1.5 до 3 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	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 МК 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.

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

МЕНЮ

02 сентября 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 МЯС 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
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.