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	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

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.