

МДОУ Красногорский детский сад «Сказка»
Лагутина Г.М.

MEHIO

12 августа 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

2008	189	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	2.12	3.71	5.71	94.40	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			421	6.42	9.7	33.9	270	1

II ЗАВТРАК

2008		СОК	150	1.58	1.40	10.54	67.75	0.7
Итого			150	1.58	1.40	10.54	67.75	0.7

Обед

2008	92	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	150	21.9	23.67	34.89	131.55	3.7
2012	315	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	160	5.63	3.98	11	188.15	0.2
2012		ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ	30	0.21	0.03	1.03	5.3	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	4.4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0.12	0.12	11.92	95.3	
Итого			510	29.84	28.16	68.86	472.5	37.7

Полдник

2012	93	КАША РИСОВАЯ	200	4.16	5.6	19.56	102.3	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.6	2.3	11.3	68.5	0
к\к	к\к	кондитерское изделие	10	0.84	1	23.2	31.7	0.5
Итого			310	7.6	8.9	54.06	202.5	0.7
Всего				45.44	48.16	167.36	1012.5	40.1

Попова Г.С.

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



МЕНЮ

12 августа 2026 год
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

2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	3.92	4.48	18.20	143.4	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	180	1.58	1.40	12.52	89.70	0.5
Итого			421	8.22	10.47	46.39	359	1

II завтрак

2008		СОК	180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7
Итого			180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7

Обед

2008	92	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	200	5.48	11.248	51.27	140.5	3.7
2012	315	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	21.8	19.04	17.4	297	0.2
2012		ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2.64	0.48	13.36	69.6	4.4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	1.8	0	17.46	115.3	
Итого			650	32.08	30.818	100.162	628.25	37.7

Полдник

2012	93	КАША РИСОВАЯ	200	6.98	10.42	24.4	149.15	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.20	0.06	10.04	78.40	0
к/к	к/к	кондитерское изделие	20	1.28	1.12	32.44	41.7	0.5
Итого			400	8.46	11.6	66.9	269.25	0.7
Всего				46.26	52.98	233.552	1346.25	40.1

 Попова Г.С.