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

МЕНЮ

26 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	189	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.76	6.38	16.4	103.4	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	1.58	1.40	12.52	49.7	0.5
Итого			**351**	**11.4**	**14.78**	**43.54**	**279.6**	**1.0**
II завтрак								
2008		ФРУКТ	150	0.4	0.4	9.8	69.9	1.9
		Итого	**150**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**69.9**	**1.9**
Обед								
2008	100	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3.63	4.79	6.55	148.86	3.4
2012	247	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	8.1	4.2	2.4	100.1	0.3
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	2.57	4.2	8	41	0.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	1.08	4.67	17	148.40	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1.2	0	11	21.64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.98	0.36	10.02	52.2	0
2012		КУКУРУЗА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	30	1.18	0.10	2.63	18.1	4.5
Итого			**510**	**18.56**	**14.12**	**49.6**	**489.3**	**8.7**
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5.68	8.31	21.5	135	0.5
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0.8	0.10	8.20	26	0.1
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	1.18	0.94	15.1	48.7	0
Итого			**310**	**7.66**	**9.35**	**44.7**	**209.7**	**0.6**
Всего				**38.02**	**38.65**	**147.64**	**1048.5**	**12.2**

Попова Г.С.

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

МЕНЮ

26 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	Углеводы,г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.76	6.38	16.4	143.8	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	5.06	7	14.62	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.85	1.40	12.52	89.7	0.5
Итого			**421**	**11.4**	**14.78**	**43.54**	**359.4**	**1.0**
II завтрак								
2008		ФРУКТ	180	0.52	0	5.8	89.85	1.9
		Итого	**180**	**0.52**	**0**	**5.8**	**89.85**	**1.9**
Обед								
2008	100	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	10.18	6.52	9.98	198.61	3.4
2012	247	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	7.8	4.35	28.3	89.7	0.3
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ	60	1.2	4.2	8	41	0.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1.44	0	25.56	71.64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012		КУКУРУЗА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.10	4.5
Итого			**730**	**29.07**	**27.76**	**135.85**	**698.25**	**8.7**
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.4	146	0.5
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.018	0	9.504	36	0.1
к\к	к\к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	12	0.9	1.04	8.9	87.55	0
Итого			**392**	**8.06**	**11.8**	**42.84**	**269.55**	**0.6**
Всего				**49.05**	**54.34**	**227.994**	**1347.75**	**12.2**

_____ Попова Г.С.