

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ детский сад № 7

Воронина Татьяна Геннадьевна/

МЕНЮ

15 мая 2026 г.

Сад



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	182	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,20	5,30	18,64	139,20	0,48
2012	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,79	2,87	13,36	91,11	0,48
2012	7	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	2,11	2,68	0,00	33,09	0,06
Итого			410	9,10	10,85	32,00	263,40	1,02
II Завтрак								
2012	418	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,53	0,11	10,77	45,87	2,13
Итого			100	0,53	0,11	10,77	45,87	2,13
Обед								
2008	55	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,82	3,14	5,38	53,25	2,36
2012	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	200	1,92	5,05	12,94	105,55	5,13
2008	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА	50	9,66	25,97	1,09	277,00	0,12
2012	366	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,33	0,39	2,00	13,01	0,60
2008	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,70	4,03	26,80	162,96	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,69	34,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			670	17,43	38,58	56,90	646,52	8,21
Полдник								
2012	401	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА (ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО)	180	0,00	0,00	16,67	66,68	0,00
2008	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	16,67	66,68	0,00
Ужин								
2012	276	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	0,13	0,02	0,75	3,75	0,38
2012	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,24	18,12	121,85	8,79
2012	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,03	28,51	0,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			400	2,93	4,26	25,90	154,11	9,19
Всего				29,99	53,80	142,24	1 176,58	20,55