



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ детский сад № 7

(Вороница Татьяна Геннадьевна)

МЕНЮ

18 мая 2026 г.

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	101	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200	7,32	8,88	27,42	219,53	0,60
	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,62	2,70	11,69	82,22	0,45
2008	6	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	0,03	4,17	0,04	37,77	0,00
Итого			415	9,97	15,75	39,15	339,52	1,05
II Завтрак								
2012		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,49	0,10	9,85	41,93	1,95
Итого			100	0,49	0,10	9,85	41,93	1,95
Обед								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	0,34	1,16	2,01	19,88	0,94
2012	73	ЩИ НА М/Б	200	1,56	4,54	7,24	76,82	9,85
2008	321	ПЛОВ С МЯСОМ	200	8,96	15,58	34,74	315,42	1,09
2012	396	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА (ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО)	180	0,00	0,00	14,11	56,44	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			640	10,86	21,28	58,10	468,56	11,88
Полдник								
2012		КЕФИР	150	4,21	3,63	5,80	76,88	1,02
2008	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	4,21	3,63	5,80	76,88	1,02
Ужин								
2012	252	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	11,90	8,37	19,93	204,48	0,10
2012	369	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,57	1,59	3,91	32,29	0,08
2012	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,97	28,22	0,02
Итого			360	12,57	9,96	30,81	264,99	0,20
Всего				38,10	50,72	143,71	1 191,88	16,10