

МЕНЮ

18 мая 2026 г.

Сад 12 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160/8/5	5,68	6,14	25,69	181,04	0,02
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,81	4,16	11,81	91,79	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,84	0,00
Итого			393	7,50	10,30	47,20	311,67	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК /ФРУКТ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,52	6,18	3,27	71,18	2,28
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	1,57	4,70	6,59	75,67	9,25
2012	282	КОТЛЕТЫ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	65	14,33	17,15	5,74	235,04	0,68
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,47	5,44	24,72	169,37	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,80	0,37	17,90	86,12	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	0,00
Итого			693	25,91	33,94	80,77	733,32	12,21
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,09	2,67	14,80	96,32	0,57
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	9,91	4,68	36,87	229,94	0,08
Итого			245	13,00	7,35	51,67	326,26	0,65
Ужин								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	6,19	7,12	22,79	180,74	0,70
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,84	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого			395	9,25	7,37	52,56	314,31	0,70
Всего				56,66	59,16	252,00	1 771,56	17,58

Сулейманова Л,Ф,

МЕНЮ

19 мая 2026 г.

Сад 12 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	5,01	6,33	23,24	170,42	0,41
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,09	2,67	14,80	96,32	0,57
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,86	0,15	12,21	57,60	0,00
Итого			379	9,96	9,15	50,25	324,34	0,98
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,69	2,93	4,04	45,25	1,90
2012	109	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ГРЕНКАМИ НА М.К,Б	200	9,03	3,65	28,55	183,51	4,60
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	14,62	13,36	20,95	263,32	17,20
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,65	58,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,77	0,37	17,76	85,44	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
Итого			669	28,38	20,41	94,31	675,57	23,80
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	19,41	77,63	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			210	2,25	2,94	41,73	202,73	0,00
Ужин								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	130	7,23	11,49	9,01	169,16	3,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,11	0,25	20,48	96,65	0,00
Итого			361	10,35	11,74	39,19	304,64	3,00
Всего				51,91	44,43	245,07	1 590,70	30,00

Сулейманова Л,Ф,

Утверждаю



Детский сад №13 "Ивушка"
Абдуллина Р.В.

МЕНЮ

20 мая 2026 г.

Сад 12 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	328	КАША "ДРУЖБА"	160/5	6,07	7,24	31,02	214,23	0,62
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	1,98	4,17	12,85	96,73	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,97	40,41	0,03
Итого			390	8,19	11,41	53,84	351,37	0,65
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
2012	37	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,46	2,39	3,74	38,34	1,90
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М,К,Б	200	3,46	4,71	19,15	132,86	3,19
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,50	13,57	11,69	227,19	6,49
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,29	83,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,36	0,11	8,92	42,10	0,00
Итого			659	22,48	21,14	75,31	581,73	11,58
Полдник								
2008	435	КЕФИР	187	5,42	4,67	7,47	99,03	1,31
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			217	7,67	7,61	29,79	224,13	1,31
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130/20	21,41	14,92	31,52	349,59	0,27
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,97	40,41	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,31	0,27	21,79	102,83	0,00
Итого			383	24,86	15,19	63,28	492,83	0,30
Всего				64,17	55,54	241,81	1 733,48	15,44

Сулейманова Л,Ф,