

**МЕНЮ**

15 июля 2026 г.

**Ясли 10,5 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ                          | 150   | 5.30              | 6.00    | 27.70            | 187                                      | 0,97                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180   | 0.20              | 0.00    | 4.80             | 20                                       | 0,04                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                       | 22    | 1.70              | 0.70    | 11.10            | 58                                       | 0,00                  |
| 2012                          |                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                              | 11    | 2.50              | 3.10    | 0.00             | 39                                       | 0,12                  |
| Итого                         |                     |                                             | 363   | 9.70              | 9.80    | 43.60            | 304                                      | 1,13                  |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150   | 2.30              | 1.70    | 12.00            | 73                                       | 4,80                  |
| 2012                          | 307                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР                    | 100   | 17.50             | 19.20   | 7.40             | 272                                      | 0,68                  |
| 2008                          | 364                 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                          | 20    | 0.40              | 2.00    | 1.40             | 24                                       | 0,40                  |
|                               | 48/3                | ГОРОШНИЦА С МОРКОВЬЮ                        | 130   | 10.40             | 3.40    | 22.80            | 164                                      | 0,48                  |
| 2025                          | 1                   | КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА                      | 150   | 0.00              | 0.00    | 3.60             | 60                                       | 1,25                  |
| 2008                          | 11                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ                     | 16    | 2.00              | 3.00    | 3.80             | 50                                       | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 13    | 0.90              | 0.10    | 5.70             | 27                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 579   | 33.50             | 29.40   | 56.70            | 670                                      | 7,61                  |
| Полдник                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 235                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С<br>КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ  | 60    | 4.40              | 3.70    | 4.30             | 68                                       | 2,39                  |
| 2012                          | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                               | 150   | 1.30              | 1.30    | 9.50             | 55                                       | 0,25                  |
| 2008                          | 11                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ                     | 15    | 1.90              | 2.80    | 3.60             | 47                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 225   | 7.60              | 7.80    | 17.40            | 170                                      | 2,64                  |
| Всего                         |                     |                                             |       | 50.80             | 47.00   | 117.70           | 1 144                                    | 11,38                 |

Делопроизводитель

Серебрякова Н.В.

Согласовано

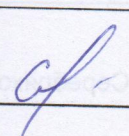
Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 43 "  
/Понаморева М.Ю./**МЕНЮ**

15 июля 2026 г.

Сад 10,5 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин <sup>А</sup><br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|------------------------------------|
|                               |                     |                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                                    |
| Завтрак                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                                    |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ                          | 200   | 7.10              | 8.00    | 36.90            | 249                                      | 1,29                               |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180   | 0.20              | 0.00    | 4.80             | 20                                       | 0,04                               |
| 2008                          |                     | БАТОН                                       | 28    | 2.20              | 0.80    | 14.00            | 72                                       | 0,00                               |
| 2012                          |                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                              | 16    | 3.60              | 4.60    | 0.00             | 57                                       | 0,18                               |
| Итого                         |                     |                                             | 424   | 13.10             | 13.40   | 55.70            | 398                                      | 1,51                               |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                                    |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180   | 2.80              | 2.00    | 14.40            | 87                                       | 5,76                               |
| 2012                          | 307                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР,                   | 130   | 23.20             | 25.10   | 9.80             | 357                                      | 0,91                               |
| 2008                          | 364                 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                          | 30    | 0.50              | 2.90    | 2.20             | 37                                       | 0,60                               |
|                               | 48/3                | ГОРОШНИЦА С МОРКОВЬЮ                        | 150   | 12.40             | 3.80    | 27.30            | 194                                      | 0,68                               |
| 2025                          | 1                   | КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА                      | 180   | 0.00              | 0.00    | 4.20             | 69                                       | 1,44                               |
| 2008                          | 11                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ                     | 29    | 3.70              | 5.40    | 6.90             | 91                                       | 0,00                               |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 25    | 1.70              | 0.20    | 10.70            | 51                                       | 0,00                               |
| Итого                         |                     |                                             | 724   | 44.30             | 39.40   | 75.50            | 886                                      | 9,39                               |
| Полдник                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                                    |
| 2008                          | 235                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С<br>КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ  | 80    | 5.90              | 4.90    | 5.80             | 90                                       | 3,19                               |
| 2012                          | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                               | 180   | 1.60              | 1.50    | 11.40            | 66                                       | 0,29                               |
| 2008                          | 11                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ                     | 15    | 1.90              | 2.80    | 3.50             | 47                                       | 0,00                               |
| Итого                         |                     |                                             | 275   | 9.40              | 9.20    | 20.70            | 203                                      | 3,48                               |
| Всего                         |                     |                                             |       | 66.80             | 62.00   | 151.90           | 1 487                                    | 14,38                              |

Делопроизводитель  Серебрякова Н.В.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 686763609256913383034293624338838229200371484698

Владелец Фоломеева Ирина Александровна

Действителен с 25.12.2025 по 25.12.2026