

Согласовано

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад № 43"  
/Фоломеева И.А./

**МЕНЮ**

3 октября 2025 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<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                       |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 212                 | МАКАРОННИК                            | 170   | 6.90              | 10.90   | 41.00            | 290                                      | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 180   | 0.20              | 0.10    | 15.00            | 60                                       | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                 | 18    | 1.40              | 0.60    | 9.20             | 47                                       | 0,00                  |
| 2012                          |                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                        | 14    | 3.30              | 4.30    | 0.00             | 53                                       | 0,39                  |
| Итого                         |                     |                                       | 382   | 11.80             | 15.90   | 65.20            | 450                                      | 0,39                  |
| Обед                          |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 34                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ    | 50    | 0.70              | 2.90    | 3.20             | 42                                       | 1,61                  |
| 2008                          | 83                  | ЩИ                                    | 180   | 2.10              | 2.90    | 3.70             | 49                                       | 14,31                 |
| 2012                          | 122                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)     | 10    | 2.40              | 5.20    | 2.00             | 64                                       | 0,02                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 130   | 4.10              | 4.60    | 27.00            | 166                                      | 0,00                  |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 80    | 11.00             | 6.50    | 9.20             | 140                                      | 0,55                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                    | 30    | 0.60              | 1.90    | 2.00             | 27                                       | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           | 180   | 0.50              | 0.10    | 23.80            | 98                                       | 0,00                  |
| 2008                          | 11                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ               | 17    | 3.50              | 5.30    | 6.60             | 88                                       | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 32    | 2.10              | 0.30    | 13.70            | 66                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 709   | 27.00             | 29.70   | 91.20            | 740                                      | 16,49                 |
| Полдник                       |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 429                 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 180   | 0.00              | 0.00    | 0.00             | 0                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ВАФЛИ                                 | 70    | 2.00              | 2.30    | 54.40            | 249                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 250   | 2.00              | 2.30    | 54.40            | 249                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                       |       | 40.80             | 47.90   | 210.80           | 1 439                                    | 16,88                 |

Делопроизводитель

*С.А.*

Рощетасева А.А.

*Серебрякова Н.В.*

Согласовано

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 43 "

/Фоломеева И.А./

**МЕНЮ**

3 октября 2025 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                          | 212                 | МАКАРОННИК                            | 140   | 5.70              | 8.90    | 33.50            | 237                                      | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 180   | 0.20              | 0.10    | 14.60            | 58                                       | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                 | 15    | 1.20              | 0.50    | 7.50             | 39                                       | 0,00                  |
| 2012                          |                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                        | 10    | 2.20              | 2.80    | 0.00             | 35                                       | 0,11                  |
| Итого                         |                     |                                       | 345   | 9.30              | 12.30   | 55.60            | 369                                      | 0,11                  |
| Обед                          |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 34                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ    | 40    | 0.50              | 4.90    | 2.10             | 54                                       | 1,06                  |
| 2008                          | 83                  | ЩИ                                    | 150   | 1.70              | 2.50    | 3.10             | 41                                       | 12,00                 |
| 2012                          | 122                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)     | 20    | 2.40              | 4.70    | 2.60             | 62                                       | 0,02                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 110   | 3.50              | 3.90    | 23.00            | 141                                      | 0,00                  |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 60    | 8.20              | 5.70    | 7.70             | 115                                      | 0,40                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                    | 20    | 0.40              | 1.30    | 1.30             | 18                                       | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           | 150   | 0.50              | 0.10    | 23.80            | 98                                       | 0,00                  |
| 2008                          | 11                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ               | 12    | 1.60              | 2.30    | 2.90             | 39                                       | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 15    | 1.00              | 0.10    | 6.40             | 31                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 577   | 19.80             | 25.50   | 72.90            | 599                                      | 13,48                 |
| Полдник                       |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 429                 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 150   | 0.00              | 0.00    | 0.00             | 0                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ВАФЛИ                                 | 50    | 1.40              | 1.70    | 38.70            | 177                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                       | 200   | 1.40              | 1.70    | 38.70            | 177                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                       |       | 30.50             | 39.50   | 167.20           | 1 145                                    | 13,59                 |

Делопроизводитель

Рощектаева А.А.

Серебрякова Н.В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060023

Владелец Фоломеева Ирина Александровна

Действителен с 18.12.2024 по 18.12.2025