

Согласовано

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 43 "

/Фоломеева И.А./

МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	4.20	6.50	18.30	148	0,31
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1.40	1.20	20.20	96	0,90
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0.90	6.70	6.00	88	0,00
Итого			350	6.50	14.40	44.50	332	1,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0.50	0.10	9.90	43	2,00
Итого			100	0.50	0.10	9.90	43	2,00
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	5.90	5.10	10.70	113	5,53
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	13.30	9.50	5.90	162	12,92
2012	166	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4.90	3.90	22.00	142	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0.10	0.10	7.00	31	1,38
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.90	2.80	3.50	47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1.00	0.10	6.40	31	0,00
Итого			490	27.10	21.50	55.50	526	19,83
Полдник								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	1.80	5.10	3.90	68	4,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	29	1.00	0.90	0.10	13	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.30	0.10	14.80	65	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.20	0.00	4.10	17	0,03
Итого			244	4.30	6.10	22.90	163	4,03
Всего				38.40	42.10	132.80	1 064	27,07

Делопроизводитель

Юсуф

Рошкетаева А.А.

Согласовано

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 43 "

/Фоломеева И.А./

МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5.30	7.30	23.90	183	0,42
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1.40	1.20	20.20	96	0,90
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.30	10.10	9.00	132	0,00
Итого			410	8.00	18.60	53.10	411	1,32
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0.60	0.10	11.10	48	2,26
Итого			113	0.60	0.10	11.10	48	2,26
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	6.70	5.80	12.70	130	6,49
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	21.20	15.20	9.30	258	20,57
2012	166	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5.10	4.50	23.00	153	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.20	0.20	8.40	37	1,66
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3.80	5.60	7.10	94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.00	0.30	13.00	62	0,00
Итого			630	39.00	31.60	73.50	734	28,72
Полдник								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3.60	10.20	7.80	137	7,98
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	29	1.00	0.90	0.10	13	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.50	58	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.30	0.10	14.80	66	0,00
Итого			324	6.10	11.30	37.20	274	7,98
Всего				53.70	61.60	174.90	1 467	40,28

Делопроизводитель

Юсуп

Рощектаева А.А.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 686763609256913383034293624338838229200371484698

Владелец Фоломеева Ирина Александровна

Действителен с 25.12.2025 по 25.12.2026