

Согласовано

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 43 "

/Фоломеева И.А./

МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Ясли 10,5 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4.60	7.50	20.00	167	1,49
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	6.90	15.40	46.20	351	2,39
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	2.80	3.10	4.50	58	0,52
Итого			100	2.80	3.10	4.50	58	0,52
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1.60	2.60	10.10	70	4,80
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	40/20	6.50	2.10	0.00	44	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.70	4.70	17.70	123	4,36
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.10	23.80	98	0,00
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.90	2.80	3.50	47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1.10	0.10	6.80	33	0,00
Итого			520	14.30	12.40	61.90	415	9,16
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0.70	5.10	3.30	62	7,57
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2.60	2.30	0.20	32	0,00
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.00	0.00	0.00	0	0,00
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.90	2.80	3.50	47	0,00
Итого			235	5.20	10.20	7.00	141	7,57
Всего				29.20	41.10	119.60	965	19,64

Делопроизводитель

Госсу

Рощектаева А.А.

МЕНЮ

10 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6.20	10.00	26.70	223	2,00
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			400	8.50	17.90	52.90	407	2,90
II Завтрак								
2008		БИОЙОГУРТ	120	3.20	2.90	5.20	64	0,33
Итого			120	3.20	2.90	5.20	64	0,33
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1.90	3.10	12.10	84	5,76
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	50/20	8.10	2.60	0.00	55	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.10	5.40	20.30	141	5,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.50	0.10	28.50	118	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.10	0.30	13.60	66	0,00
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	31	3.90	5.80	7.30	96	0,00
Итого			641	19.60	17.30	81.80	560	10,77
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.40	10.30	6.70	125	15,30
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2.60	2.30	0.20	32	0,00
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.00	0.00	0.00	0	0,00
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.90	2.80	3.50	47	0,00
Итого			315	5.90	15.40	10.40	204	15,30
Всего				37.20	53.50	150.30	1 235	29,30

Делопроизводитель

Юсуф

Рошкетаева 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