

**МЕНЮ**

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	17.00	11.90	14.80	238	0,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.40	1.30	3.20	26	0,05
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1.40	1.20	20.20	96	0,90
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30	1.10	0.40	15.50	70	0,03
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>19.90</b>	<b>14.80</b>	<b>53.70</b>	<b>430</b>	<b>1,16</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	3.60	1.90	9.70	70	4,91
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ	170	11.20	7.80	16.00	191	15,07
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0.40	2.00	1.50	25	0,40
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0.10	0.10	5.80	25	1,10
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.90	2.80	3.60	47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1.00	0.10	6.40	31	0,00
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>18.20</b>	<b>14.70</b>	<b>43.00</b>	<b>389</b>	<b>21,48</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	6.80	9.20	1.50	116	0,12
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0.50	1.00	2.60	21	4,37
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1.10	1.00	8.30	47	0,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.30	0.10	14.80	65	0,00
<b>Итого</b>			<b>295</b>	<b>9.70</b>	<b>11.30</b>	<b>27.20</b>	<b>249</b>	<b>4,70</b>
<b>Всего</b>				<b>47.80</b>	<b>40.80</b>	<b>123.90</b>	<b>1 068</b>	<b>27,34</b>

Делопроизводитель \_\_\_\_\_ Роцектаева А.А.

Согласовано

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

## МЕНЮ

11 марта 2026 г.

Сад 10,5 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	160	21.90	15.00	19.50	306	0,23
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.60	1.50	4.80	35	0,08
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1.40	1.20	20.20	96	0,90
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	40	1.40	0.50	21.40	96	0,04
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>25.30</b>	<b>18.20</b>	<b>65.90</b>	<b>533</b>	<b>1,25</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	3.90	1.80	13.00	84	6,66
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ	200	13.80	9.60	20.00	236	18,76
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0.50	2.90	2.20	37	0,60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.20	0.20	7.90	35	1,49
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3.80	5.60	7.10	94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.10	0.30	13.20	63	0,00
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>24.30</b>	<b>20.40</b>	<b>63.40</b>	<b>549</b>	<b>27,51</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	8.40	11.00	1.90	140	0,17
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0.80	1.80	4.60	38	7,19
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.40	1.40	11.20	63	0,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1.30	0.10	14.80	65	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>11.90</b>	<b>14.30</b>	<b>32.50</b>	<b>306</b>	<b>7,63</b>
<b>Всего</b>				<b>61.50</b>	<b>52.90</b>	<b>161.80</b>	<b>1 388</b>	<b>36,39</b>

Делопроизводитель

Роцектаева 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