

МЕНЮ
20 марта 2026 г.

Если 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		
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	7.00	15.60	26.60	275	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0.30	0.00	3.00	14	0,44
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58	0,00
2008		БАТОН	14	1.00	0.40	6.80	35	0,00
Итого			374	8.50	16.10	51.00	382	0,44
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1.70	2.50	4.50	48	13,15
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	20	2.70	3.90	3.00	58	0,03
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.80	3.80	29.00	161	0,00
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	6.30	4.20	12.40	112	0,15
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	15	1.90	2.80	3.50	47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1.10	0.10	7.00	34	0,00
Итого			540	17.40	18.70	84.50	576	13,33
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	50	3.00	2.40	37.50	183	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.50	4.90	7.20	92	0,82
Итого			200	7.50	7.30	44.70	275	0,82
Всего				33.40	42.10	180.20	1 233	14,59

Делопроизводитель Виль Рощектаева А.А.

Согласовано

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 43 "

/Фоломеева И.А./

МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	170	7.90	17.80	30.30	314	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0.50	0.00	5.00	23	0,74
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
Итого			418	10.00	18.50	59.50	444	0,74
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	2.00	2.90	5.50	57	15,78
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	20	3.20	5.00	3.30	70	0,03
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.20	4.50	33.70	188	0,00
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	10.70	5.00	14.80	147	0,22
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	31	3.90	5.80	7.30	96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.20	0.30	13.90	67	0,00
Итого			681	26.30	25.50	104.30	750	16,03
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	70	3.80	3.10	48.90	238	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.40	5.90	8.70	111	0,99
Итого			250	9.20	9.00	57.60	349	0,99
Всего				45.50	53.00	221.40	1 543	17,76

Делопроизводитель 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