

Утверждаю

И.о.заведующего

МБДОУ д/с 28

/Федосеева Е.О./

МЕНЮ

20 августа 2026 г.

Ясли 12 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								
		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	160	5,3	6,9	19,3	161	0,6
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	4,1	3,4	18,9	123	0,7
		БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ.	30	2,9	5,5		63	0
Итого			350	12,3	15,8	38,2	347	1,3
II завтрак								
2008		МАНДАРИН	115	0,9	0,2	8,6	44	43,7
Итого			115	0,9	0,2	8,6	44	43,7
Обед								
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,3	2,3	10,4	69	4
		СМЕТАНА (В СУП)	14	0,4	2	0,5	28	0
		Капуста тушеная с мясом	150	14,7	16,2	15,9	271	33,1
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.	150			14,6	58	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	2,6	0,5	14,1	72	0
		СОЛЬ.	3					0
Итого			512	19	21	55,5	498	37,1
Уплотненный полдник								
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	3,6	3,7	0,7	50	0,2
		Каша перловая рассыпчатая	100	2,9	4	21,2	133	0
		КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ.	155	0,8		27,6	115	0,2
		БУЛКА УМНИЦА	32					0
Итого			337	7,3	7,7	49,5	298	0,4
Всего				39,5	44,7	151,8	1187	82,5

Медицинская сестра

[Подпись]

МЕНЮ

20 августа 2026 г.

Сад 12 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								
		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	6,6	8,4	23,9	200	0,8
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	5,2	4,2	23,6	154	0,9
		БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ.	60	5,8	11,1		125	0,1
Итого			460	17,6	23,7	47,5	479	1,8
II завтрак								
2008		МАНДАРИН	115	0,9	0,2	8,6	44	43,7
Итого			115	0,9	0,2	8,6	44	43,7
Обед								
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,7	2,8	12,3	83	4,9
		СМЕТАНА (В СУП)	19	0,5	2,7	0,7	37	0
		Капуста тушеная с мясом	200	19,8	21,6	21,3	363	44,2
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.	205			19,4	78	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	57	3,3	0,6	17,6	91	0
		СОЛЬ.	3					0
Итого			664	25,3	27,7	71,3	652	49,1
Уплотненный полдник								
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	5,4	5,7	1,1	76	0,3
		Каша перловая рассыпчатая	145	4,5	6	31,9	200	0
		КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ.	205	1,1	0,1	36,8	153	0,3
		БУЛКА УМНИЦА	43					0
Итого			473	11	11,8	69,8	429	0,6
Всего				54,8	63,4	197,2	1604	95,2

Медицинская сестра