

Утверждаю

И.о.заведующего  
МБДОУ д/с 28  
/Федосеева Е.О./

# МЕНЮ

25 августа 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ.          | 160   | 6                 | 6,8     | 25,6             | 189                                      | 0,6                   |
|                               |                     | КАКАО НА МОЛОКЕ.                | 160   | 4,3               | 3,5     | 16,1             | 115                                      | 0,7                   |
|                               |                     | БУЛКА УМНИЦА                    | 30    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 350   | 10,3              | 10,3    | 41,7             | 304                                      | 1,3                   |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| II завтрак                    |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СОК 0,2                         | 200   | 1                 |         | 24,6             | 107                                      | 3,2                   |
|                               |                     |                                 | 200   | 1                 |         | 24,6             | 107                                      | 3,2                   |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Обед                          |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ. | 150   | 3,5               | 2,7     | 11,1             | 83                                       | 2,7                   |
|                               |                     | ГОВЯДИНА В СУП                  | 4     | 1,1               | 1       |                  | 13                                       | 0                     |
|                               |                     | ТЕФТЕЛИ.                        | 60    | 8,3               | 10,9    | 5,1              | 152                                      | 0,9                   |
|                               |                     | СОУС К ТЕФТЕЛЯМ                 | 20    | 0,2               | 1,1     | 1,2              | 15                                       | 0,2                   |
| 2002                          | 214                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ.                | 150   | 3,5               | 5,1     | 15,4             | 124                                      | 31,4                  |
| 2022                          | 398                 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА            | 150   | 0,3               | 0,1     | 6,9              | 34                                       | 30                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                  | 42    | 2,6               | 0,5     | 14,1             | 72                                       | 0                     |
|                               |                     | СОЛЬ.                           | 3     |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 579   | 19,5              | 21,4    | 53,8             | 493                                      | 65,2                  |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Уплотненный полдник           |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ.      | 50    | 5,7               | 4,4     | 1,5              | 70                                       | 0,6                   |
|                               |                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.              | 150   | 3                 | 5,2     | 20               | 139                                      | 9,7                   |
|                               |                     | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.               | 149   | 4,5               | 3,8     | 7,3              | 82                                       | 0,8                   |
|                               |                     | БАТОН В/С                       | 28    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 377   | 13,2              | 13,4    | 28,8             | 291                                      | 11,1                  |
| Итого                         |                     |                                 |       | 44                | 45,1    | 148,9            | 1195                                     | 80,8                  |
| Всего                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |

Медицинская сестра

Утверждаю

И.о.заведующего  
МБДОУ д/с 28  
Федосеева Е.О./

# МЕНЮ

25 августа 2026 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ.          | 200   | 7,5               | 8,5     | 32               | 235                                      | 0,8                   |
|                               |                     | КАКАО НА МОЛОКЕ.                | 200   | 5,4               | 4,5     | 20,2             | 143                                      | 0,9                   |
|                               |                     | БУЛКА УМНИЦА                    | 40    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 440   | 12,9              | 13      | 52,2             | 378                                      | 1,7                   |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| II завтрак                    |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СОК.                            | 171   | 1,8               | 0,2     | 21               | 93                                       | 2                     |
|                               |                     | ПЕЧЕНЬЕ                         | 10    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 181   | 1,8               | 0,2     | 21               | 93                                       | 2                     |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Обед                          |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ. | 180   | 4,2               | 3,2     | 13,4             | 100                                      | 3,2                   |
|                               |                     | ГОВЯДИНА В СУП                  | 4     | 1,1               | 1       |                  | 13                                       | 0                     |
|                               |                     | ТЕФТЕЛИ.                        | 60    | 8,3               | 10,9    | 5,1              | 152                                      | 0,9                   |
|                               |                     | СОУС К ТЕФТЕЛЯМ                 | 20    | 0,2               | 1,1     | 1,2              | 15                                       | 0,2                   |
| 2002                          | 214                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ.                | 180   | 4,1               | 6       | 18,6             | 149                                      | 37,8                  |
| 2022                          | 398                 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА            | 200   | 0,3               | 0,1     | 9,2              | 45                                       | 39,9                  |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                  | 52    | 3,3               | 0,6     | 17,6             | 91                                       | 0                     |
|                               |                     | СОЛЬ.                           | 3     |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 699   | 21,5              | 22,9    | 65,1             | 565                                      | 82                    |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Уплотненный полдник           |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ.      | 65    | 7,7               | 5,8     | 2                | 91                                       | 0,7                   |
|                               |                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.              | 180   | 3,6               | 6,2     | 24,2             | 167                                      | 11,7                  |
|                               |                     | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.               | 198   | 5,9               | 5       | 9,8              | 110                                      | 1,1                   |
|                               |                     | БАТОН В/С                       | 37    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
|                               |                     |                                 | 480   | 17,2              | 17      | 36               | 368                                      | 13,5                  |
| Итого                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Всего                         |                     |                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     |                                 |       | 53,4              | 53,1    | 174,3            | 1404                                     | 99,2                  |

Медицинская сестра