

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ НМО детский сад №28 "Ягодка"
Куприянова М.Г./

МЕНЮ
13 мая 2026 г.
Сад 10 часов



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг |
|------------------|---------------|---|--------------|-------------------|---------------|-----------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ПШЕНАЯ ВЯЗКАЯ | 170 | 6,60 | 6,94 | 38,34 | 242,69 | 0,38 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,10 | 8,26 | 0,10 | 74,70 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 31 | 2,34 | 0,90 | 16,03 | 81,72 | 0,00 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,41 | 3,55 | 18,79 | 121,69 | 0,60 |
| Итого | | | 411 | 12,45 | 19,65 | 73,26 | 520,80 | 0,98 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,00 | 0,00 | 17,42 | 69,67 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 0,00 | 0,00 | 17,42 | 69,67 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ | 40 | 1,21 | 0,08 | 2,53 | 15,59 | 1,61 |
| 2008 | 106 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ | 170 | 4,90 | 4,65 | 12,13 | 109,83 | 1,95 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 55 | 11,37 | 8,24 | 6,20 | 144,64 | 0,15 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 25 | 0,26 | 1,47 | 1,78 | 21,45 | 0,50 |
| 2008 | 332 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 4,81 | 2,29 | 30,80 | 163,09 | 0,00 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЯБЛОЧО-ВИШНЕВЫЙ | 200 | 0,13 | 0,07 | 19,50 | 79,73 | 1,03 |
| 2008 | | ХЛЕБ БЕЛЫЙ | 31 | 2,38 | 0,19 | 15,65 | 73,86 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 2,06 | 0,27 | 13,22 | 63,62 | 0,00 |
| Итого | | | 662 | 27,12 | 17,26 | 101,81 | 671,81 | 5,24 |
| 2 Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 227 | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 130 | 21,17 | 15,08 | 28,37 | 337,41 | 0,41 |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬЕ | 22 | 1,66 | 2,17 | 16,47 | 92,34 | 0,00 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,16 | 0,00 | 14,85 | 60,00 | 0,03 |
| Итого | | | 352 | 22,99 | 17,25 | 59,69 | 489,75 | 0,44 |
| Всего | | | 62,56 | 54,16 | 252,18 | 1 752,03 | 6,66 | |

Калькулятор Алиса Ширшикова А.Г.

Повар _____

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371021

Владелец Куприянова Марина Григорьевна

Действителен с 20.01.2026 по 20.01.2027