

Утверждаю



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

МЕНЮ
8 июня 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	170	4,42	5,92	33,85	206,93	0,39
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	11	0,10	8,26	0,10	74,70	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,37	0,92	16,22	82,70	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	4,25	4,58	19,50	137,41	0,74
Итого			423	11,14	19,68	69,67	501,74	1,13
2 Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,78	0,17	14,94	64,95	3,02
Итого			150	0,78	0,17	14,94	64,95	3,02
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	55	0,75	5,38	8,06	83,67	1,81
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	170	8,54	4,48	23,04	166,75	4,44
2008	297	ЁЖИКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	55	9,91	15,30	6,44	202,84	0,69
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,66	3,40	27,91	152,52	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,54	2,95	2,17	36,67	0,60
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	17,42	69,67	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	24	1,81	0,15	11,92	56,24	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,52	0,34	16,16	77,76	0,00
Итого			682	26,73	32,00	113,12	846,12	7,54
2 Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	110	7,21	15,98	73,03	464,43	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,18	0,00	14,90	60,31	0,04
Итого			310	7,39	15,98	87,93	524,74	0,10
Всего				46,04	67,83	285,66	1 937,55	11,79

Калькулятор Ширшикова А.Г. Ширшикова А.Г.

Повар _____