

Утверждаю

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



МЕНЮ
10 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	190	КАША "ДРУЖБА"	170	5,53	7,00	34,92	225,50	0,46
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,26	0,10	74,70	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,70	1,05	18,54	94,48	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	4,11	4,45	19,28	134,80	0,72
Итого			421	12,44	20,76	72,84	529,48	1,18
2 Завтрак								
2008		БАНАН	69	1,04	0,35	14,52	66,37	6,91
Итого			69	1,04	0,35	14,52	66,37	6,91
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	69	0,55	0,07	1,72	9,63	6,88
2008	87	СУП РЫБНЫЙ	170	3,19	2,21	12,45	82,56	5,18
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	55/30	16,13	20,62	2,33	259,05	0,68
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,05	3,57	20,89	128,26	10,19
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,36	0,15	22,57	99,97	44,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	44	3,35	0,27	22,05	104,06	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,91	0,39	18,63	89,62	0,00
Итого			742	29,54	27,28	100,64	773,15	66,93
2 Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,63	13,37	2,34	164,44	0,22
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,73	2,27	17,21	96,43	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	14,89	60,23	0,04
Итого			353	10,53	15,64	34,44	321,10	0,26
Всего				53,55	64,03	222,44	1 690,10	75,28

Калькулятор Шишкина А.Г. Шишкина А.Г.

Повар _____