

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	170	4,35	5,88	34,35	208,16	0,38
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	11	0,10	8,26	0,10	74,70	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,76	1,07	18,90	96,32	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,32	3,56	18,61	120,59	0,60
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>10,53</b>	<b>18,77</b>	<b>71,96</b>	<b>499,77</b>	<b>0,98</b>
<b>2 Завтрак</b>								
2008	436	НАПИТОК ЯБЛОЧНО-ВИШНЕВЫЙ	200	0,11	0,06	20,38	83,09	0,93
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,11</b>	<b>0,06</b>	<b>20,38</b>	<b>83,09</b>	<b>0,93</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	38	1,15	0,08	2,42	14,83	1,53
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ	170/10	3,41	4,48	18,06	128,77	7,35
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55/30	11,06	27,53	4,15	308,79	0,43
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	6,47	8,53	41,45	268,62	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,41	0,16	24,30	108,02	49,41
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	45	3,41	0,28	22,43	105,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,96	0,39	18,95	91,18	0,00
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>28,87</b>	<b>41,45</b>	<b>131,76</b>	<b>1 026,08</b>	<b>58,72</b>
<b>2 Полдник</b>								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	110	11,58	14,55	77,93	488,95	0,38
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	13,80	55,92	0,04
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>11,77</b>	<b>14,55</b>	<b>91,73</b>	<b>544,87</b>	<b>0,42</b>
<b>Всего</b>				<b>51,28</b>	<b>74,83</b>	<b>315,83</b>	<b>2 153,81</b>	<b>61,05</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ 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