

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ НМО детский сад №28 "Ягодка"
Куприянова М.Г./**МЕНЮ**
21 августа 2026 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	6,68	8,31	36,97	248,81	0,56
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	11	0,10	8,26	0,10	74,70	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,39	0,92	16,35	83,36	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	220	4,34	4,64	19,54	138,55	0,74
Итого			433	13,51	22,13	72,96	545,42	1,30
2 Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	162	0,78	0,17	14,94	64,95	3,02
Итого			162	0,78	0,17	14,94	64,95	3,02
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,55	5,09	2,03	56,78	9,51
2008	76	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	170	5,45	6,40	14,21	141,11	9,70
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ ПТИЦЫ	185	17,51	19,80	38,57	402,74	1,89
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	36	2,73	0,22	17,94	84,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,37	0,31	15,16	72,93	0,00
Итого			687	28,61	31,82	107,27	835,65	21,10
2 Полдник								
к/к	к/к	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	130	16,37	15,76	54,43	426,36	0,26
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,26	0,00	15,06	61,26	0,05
Итого			330	16,63	15,76	69,49	487,62	0,31
Всего				59,53	69,88	264,66	1 933,64	25,73

Калькулятор

Ширшикова А.Г.

Повар