



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

МЕНЮ
24 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	170	4,58	5,88	34,10	208,07	0,42
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,26	0,10	74,70	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,12	0,82	14,56	74,23	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,69	3,95	18,00	123,23	0,66
Итого			408	10,49	18,91	66,76	480,23	1,08
2 Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЯБЛОЧНО-ВИШНЕВЫЙ	200	0,16	0,10	20,32	83,69	1,38
Итого			200	0,16	0,10	20,32	83,69	1,38
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	15	0,44	0,03	0,92	5,67	0,58
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ	170/10	5,24	6,58	15,99	146,54	6,75
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/30	13,10	32,38	2,90	355,57	0,37
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,68	7,79	36,40	238,65	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,36	0,15	22,57	99,97	44,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	32	2,46	0,20	16,17	76,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,13	0,28	13,66	65,72	0,00
Итого			679	29,41	47,41	108,61	988,43	51,70
2 Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	105	10,47	13,24	67,89	432,81	0,43
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,21	0,00	13,04	52,99	0,04
Итого			305	10,68	13,24	80,93	485,80	0,47
Всего				50,74	79,66	276,62	2 038,15	54,63

Калькулятор А.Г. Ширшикова Ширшикова А.Г.

Повар _____