

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Березовский детский сад №33"
Т.А.Гущина/

МЕНЮ

7 октября 2026 г.

Дети до 3 лет

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100	19,43	13,80	24,61	306,25	0,27
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	175	3,15	2,67	12,00	85,46	0,54
		ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ "УМНИЦА" ОБОГЩЕННЫЕ ЙОДОКАЗЕИНОМ (хлебобулочные изделия "умница" обогащенные йодказеином)	26	2,05	0,51	14,07	71,61	0,00
Итого			301	24,63	16,98	50,68	463,32	0,81
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	107	0,54	0,11	10,83	46,13	2,15
Итого			107	0,54	0,11	10,83	46,13	2,15
Обед								
		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (томаты грунтовые)	41	0,46	0,08	1,57	9,94	10,35
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, рыба кета филе, соль йодированная)	150	1,66	2,07	12,59	75,77	6,44
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	120	9,75	9,07	12,37	170,04	6,41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,04	28,15	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	2,11	0,28	13,49	64,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			513	15,58	11,70	56,88	396,40	23,20
Полдник								
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка , яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	13,57	14,21	7,65	212,34	0,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,05	0,01	7,20	29,99	0,90
Итого			250	15,22	14,42	24,67	289,93	1,37
Всего				55,97	43,21	143,06	1 195,78	27,53

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Т.А.Гущина/

МЕНЮ

7 октября 2026 г.

Дети с 3 до 7 лет

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	28,00	19,56	36,44	442,09	0,40
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	195	3,92	3,22	13,38	99,42	0,60
		ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ "УМНИЦА" ОБОГЩЕННЫЕ ЙОДОКАЗЕИНОМ (хлебобулочные изделия "умница" обогащенные йодказеином)	26	2,03	0,50	13,96	71,06	0,00
Итого			371	33,95	23,28	63,78	612,57	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	107	0,54	0,11	10,83	46,13	2,15
Итого			107	0,54	0,11	10,83	46,13	2,15
Обед								
		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (томаты грунтовые)	62	0,68	0,12	2,34	14,78	15,39
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, рыба кета филе, соль йодированная)	180	1,98	2,48	15,13	91,11	7,74
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	10,56	10,15	16,98	201,65	8,76
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	7,69	30,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37	2,46	0,33	15,74	75,72	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			629	17,28	13,28	67,70	461,61	31,89
Полдник								
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка , яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	85	15,24	15,72	7,85	233,64	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,05	0,01	6,79	28,41	0,92
Итого			255	16,89	15,93	24,46	309,65	1,47
Всего				68,66	52,60	166,77	1 429,96	36,51

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина