

Утверждаю

и.о. заведующего

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Н.А.Лоськова/

МЕНЮ

29 июля 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)	95	17,58	12,89	24,40	289,52	0,26
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	175	3,36	2,80	12,06	87,78	0,56
		ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ "УМНИЦА" ОБОГЩЕННЫЕ ЙОДОКАЗЕИНОМ (хлебобулочные изделия "умница" обогатенные йодказеином)	27	2,07	0,51	14,23	72,43	0,00
Итого			297	23,01	16,20	50,69	449,73	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	109	0,54	0,11	10,97	46,69	2,17
Итого			109	0,54	0,11	10,97	46,69	2,17
Обед								
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (томаты грунтовые)	42	0,46	0,08	1,60	10,13	10,55
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (рыбн. консервы в масле, скумбрия атл. бланш, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150	4,24	2,11	9,74	75,17	3,86
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	120	9,65	9,14	12,02	168,92	6,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	6,92	27,65	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	18	1,45	0,18	8,88	43,07	0,00
Итого			510	17,79	11,77	51,88	386,13	20,49
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	13,65	13,93	7,34	209,08	0,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	18	1,45	0,18	8,88	43,07	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,05	0,01	7,09	29,58	0,94
Итого			248	15,15	14,12	23,31	281,73	1,41
Всего				56,49	42,20	136,85	1 164,28	24,89

Главный бухгалтер



Е. И. Шаипкина

Утверждаю

и.о. заведующего

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Н.А.Поськова/

МЕНЮ

29 июля 2026 г.

Дети с 3 до 7 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)	140	25,61	18,42	36,03	420,32	0,37
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	195	4,00	3,29	13,64	101,41	0,62
		ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ "УМНИЦА" ОБОГЩЕННЫЕ ЙОДОКАЗЕИНОМ (хлебобулочные изделия "умница" обогщенные йодказеином)	26	2,06	0,51	14,11	71,85	0,00
Итого			361	31,67	22,22	63,78	593,58	0,99
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	109	0,54	0,11	10,97	46,69	2,17
Итого			109	0,54	0,11	10,97	46,69	2,17
Обед								
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (томаты грунтовые)	62	0,69	0,12	2,37	14,96	15,58
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (рыбн. консервы в масле. скумбрия атл. бланш, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	180	5,13	2,44	11,77	89,89	4,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	10,46	10,12	16,59	199,27	8,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	7,81	31,21	0,0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	18	1,45	0,18	8,88	43,07	0,0
Итого			625	20,05	13,17	62,26	449,79	28,0
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	15,17	15,80	7,78	233,73	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	18	1,45	0,18	8,88	43,07	0,0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,05	0,01	6,72	28,08	0,0
Итого			253	16,67	15,99	23,38	304,88	1,0
Всего				68,93	51,49	160,39	1 394,94	33,0

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина