

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Березовский детский сад №33"
Л.А.Гущина/**МЕНЮ**
22 сентября 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,32	5,99	21,26	155,75	0,38
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	170	2,90	2,45	12,09	82,67	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			340	8,82	8,64	43,17	286,02	0,92
II Завтрак								
		ФРУКТ (банан)	112	1,63	0,54	22,81	104,29	4,48
Итого			112	1,63	0,54	22,81	104,29	4,48
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,66	5,56	5,52	89,97	7,29
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	4,78	3,91	21,92	130,34	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт)	50	14,82	16,09	2,52	213,84	0,42
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,16	0,16	11,03	47,08	1,58
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	0,90	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			480	25,92	26,12	59,31	569,63	9,29
Полдник								
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	150	14,65	19,41	4,91	253,48	0,99
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2022	841-22	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая)	100	0,06	0,01	11,09	45,81	1,10
Итого			270	16,31	19,62	25,82	346,89	2,09
Всего				52,68	54,92	151,11	1 306,83	16,78

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 сентября 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,97	7,52	29,83	214,93	0,79
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,56	2,14	11,21	74,97	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			380	11,13	9,86	50,86	337,50	1,27
II Завтрак								
		ФРУКТ (банан)	112	1,63	0,54	22,81	104,29	4,48
Итого			112	1,63	0,54	22,81	104,29	4,48
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,42	7,20	6,46	112,04	8,70
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	115	6,10	5,00	28,00	166,50	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт)	80	19,39	21,32	3,67	283,75	0,52
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,16	11,57	49,28	1,59
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	1,58	0,35	14,88	71,40	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			610	33,25	34,23	74,40	730,57	10,81
Полдник								
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	175	17,29	21,31	5,90	285,44	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2022	841-22	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая)	150	0,10	0,01	16,35	67,73	1,75
Итого			345	18,99	21,52	32,07	400,77	2,95
Всего				65,00	66,15	180,14	1 573,13	19,51

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина