Утверждаю

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

МЕНЮ

18 ноября 2026 г.

Дети до 3 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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 рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	105	20,12	14,57	25,38	319,75	0,28
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" ОБОГОЩЕННЫЕ ЙОДОКАЗЕИНОМ (хлебобулочные изделия "умница" обогощенные йодказеином)	27	2,10	0,52	14,48	73,72	0,00
Итого			**307**	**25,58**	**17,89**	**51,92**	**481,25**	**0,84**
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	40	САЛАТ (капуста квашеная, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,72	1,47	1,20	22,03	11,97
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	4,30	2,50	9,86	79,43	3,94
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная)	120	9,77	10,07	12,62	180,29	6,51
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)	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,37	0,17	8,42	40,80	0,00
Итого			**520**	**18,34**	**14,50**	**52,95**	**417,22**	**22,42**
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 рафинированое)	80	13,95	14,17	7,67	213,69	0,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,37	0,17	8,42	40,80	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,06	0,01	7,10	29,72	1,00
Итого			**247**	**15,38**	**14,35**	**23,19**	**284,21**	**1,46**
Всего				**59,84**	**46,85**	**139,03**	**1 229,37**	**26,89**

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 ноября 2026 г.

Дети с 3 до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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 рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	28,25	19,79	36,49	445,91	0,40
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	195	4,01	3,30	13,64	101,52	0,62
		ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ "УМНИЦА" ОБОГОЩЕННЫЕ ЙОДОКАЗЕИНОМ (хлебобулочные изделия "умница" обогощенные йодказеином)	27	2,10	0,52	14,41	73,37	0,00
Итого			**372**	**34,36**	**23,61**	**64,54**	**620,80**	**1,02**
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	40	САЛАТ (капуста квашеная, масло подсолнечное рафинированое)	70	1,05	3,19	1,75	41,62	17,54
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	5,14	2,53	11,99	91,55	4,75
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная)	150	10,60	10,09	17,33	202,69	8,93
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	7,80	31,20	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,52	0,33	16,13	77,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,37	0,17	8,42	40,80	0,00
Итого			**635**	**20,68**	**16,31**	**63,42**	**485,49**	**31,22**
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 рафинированое)	85	15,23	15,72	7,79	233,25	0,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,37	0,17	8,42	40,80	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,05	0,01	6,80	28,48	0,92
Итого			**252**	**16,65**	**15,90**	**23,01**	**302,53**	**1,48**
Всего				**72,23**	**55,93**	**161,94**	**1 455,51**	**35,89**

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина