Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,46	6,37	15,53	137,59	0,37
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,82	2,21	11,60	78,20	0,48
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			**350**	**7,84**	**9,24**	**42,59**	**286,59**	**0,85**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	104	0,52	0,10	10,48	44,61	2,08
Итого			**104**	**0,52**	**0,10**	**10,48**	**44,61**	**2,08**
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, куриная грудка , соль йодированная, сметана 15% жирности)	150	5,40	7,50	7,90	124,06	5,58
2008	311	ПЛОВ (говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	230	28,41	27,98	19,98	444,91	0,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2,00	0,24	12,80	62,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			**580**	**37,41**	**35,92**	**57,77**	**707,60**	**6,14**
Полдник								
2012	458	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированое)	75	5,15	4,23	32,51	188,31	0,03
2021	54-24хн-2020	КИСЕЛЬ из КЛЮКВЫ (ягоды свежемороженные клюква, вода питьевая, крахмал картофельный, сахар песок)	150	0,09	0,03	11,63	48,54	0,96
Итого			**225**	**5,24**	**4,26**	**44,14**	**236,85**	**0,99**
Всего				**51,01**	**49,52**	**154,98**	**1 275,65**	**10,06**

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,65	8,10	26,25	209,54	0,81
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,04	2,44	12,48	84,80	0,52
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			400	11,25	11,20	54,19	365,14	1,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	104	0,52	0,10	10,48	44,61	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,48	44,61	2,08
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, куриная грудка , соль йодированная, сметана 15% жирности)	180	5,25	8,34	9,47	137,64	6,48
2008	311	ПЛОВ (котлетное мясо, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	140	2,74	6,75	26,78	179,03	0,84
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	7,72	30,85	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,33	0,28	14,93	72,33	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			555	11,92	15,57	68,72	467,45	7,32
Полдник								
2012	458	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированое)	100	6,22	2,70	53,70	263,62	0,05
2021	54-24хн-2020	КИСЕЛЬ из КЛЮКВЫ (ягоды свежемороженные клюква, вода питьевая, крахмал картофельный, сахар песок)	150	0,08	0,03	11,25	47,05	0,94
Итого			250	6,30	2,73	64,95	310,67	0,99
Всего				29,99	29,60	198,34	1 187,87	11,72

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина