

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Г.А.Гущина/

**МЕНЮ****3 августа 2026 г.****Дети до 3 лет**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты  | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                     | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 184                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ<br>(крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                       | 150   | 4,41              | 6,36       | 15,41            | 136,74                                             | 0,37                  |
| 2012                          | 395                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                             | 180   | 2,82              | 2,24       | 11,64            | 78,62                                              | 0,48                  |
| 2008                          |                      | ВАФЛИ<br>(вафли с фруктово-ягодной начинками)                                                                                                                                                                                          | 20    | 0,56              | 0,66       | 15,46            | 70,80                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 350   | 7,79              | 9,26       | 42,51            | 286,16                                             | 0,85                  |
| II Завтрак                    |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                  | СОК ФРУКТОВЫЙ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                        | 99    | 0,49              | 0,10       | 9,96             | 42,41                                              | 1,97                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 99    | 0,49              | 0,10       | 9,96             | 42,41                                              | 1,97                  |
| Обед                          |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 57                   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ<br>(свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, соль йодированная, сметана 15% жирности) | 150   | 3,92              | 6,26       | 7,83             | 106,60                                             | 5,31                  |
| 2008                          | 311                  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ<br>(куриная грудка, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)                                                                                                              | 105   | 9,33              | 12,37      | 19,77            | 227,84                                             | 0,90                  |
| 2008                          | 402                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                        | 150   | 0,00              | 0,00       | 6,60             | 26,38                                              | 0,00                  |
|                               |                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                           | 30    | 2,00              | 0,24       | 12,80            | 62,00                                              | 0,00                  |
| 2008                          |                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный)                                                                                                                                                                                                     | 20    | 1,60              | 0,20       | 9,82             | 47,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 455   | 16,85             | 19,07      | 56,82            | 470,42                                             | 6,21                  |
| Полдник                       |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 458                  | ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ<br>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное)                            | 60    | 3,97              | 2,15       | 31,77            | 162,07                                             | 0,03                  |
| 2021                          | 54-<br>24хн-<br>2020 | КИСЕЛЬ из КЛЮКВЫ<br>(клюква, вода питьевая, крахмал картофельный, сахар песок)                                                                                                                                                         | 150   | 0,08              | 0,03       | 11,48            | 47,95                                              | 0,94                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 210   | 4,05              | 2,18       | 43,25            | 210,02                                             | 0,97                  |
| Всего                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       | 29,18             | 30,61      | 152,54           | 1 009,01                                           | 10,00                 |

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

Г.А.Гущина/

**МЕНЮ**

3 августа 2026 г.

Дети с 3 до 7 лет

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты  | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                     | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 184                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ<br>(крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                       | 180   | 7,74              | 8,22       | 26,45            | 211,65                                             | 0,82                  |
| 2012                          | 395                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                             | 200   | 3,08              | 2,48       | 12,56            | 85,66                                              | 0,53                  |
| 2008                          |                      | ВАФЛИ<br>(вафли с фруктово-ягодной начинками)                                                                                                                                                                                          | 20    | 0,56              | 0,66       | 15,46            | 70,80                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 400   | 11,38             | 11,36      | 54,47            | 368,11                                             | 1,35                  |
| II Завтрак                    |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                  | СОК ФРУКТОВЫЙ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                        | 99    | 0,49              | 0,10       | 9,96             | 42,41                                              | 1,97                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 99    | 0,49              | 0,10       | 9,96             | 42,41                                              | 1,97                  |
| Обед                          |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 57                   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ<br>(свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, соль йодированная, сметана 15% жирности) | 180   | 4,06              | 6,69       | 9,59             | 118,52                                             | 6,36                  |
| 2008                          | 311                  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ<br>(куриная грудка , масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)                                                                                                             | 140   | 11,83             | 15,93      | 26,78            | 297,86                                             | 1,22                  |
| 2008                          | 402                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                        | 180   | 0,00              | 0,00       | 7,71             | 30,83                                              | 0,00                  |
|                               |                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                           | 35    | 2,33              | 0,28       | 14,93            | 72,33                                              | 0,00                  |
| 2008                          |                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный)                                                                                                                                                                                                     | 20    | 1,60              | 0,20       | 9,82             | 47,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 555   | 19,82             | 23,10      | 68,83            | 567,14                                             | 7,58                  |
| Полдник                       |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 458                  | ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ<br>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное)                            | 100   | 6,20              | 2,63       | 53,71            | 263,11                                             | 0,05                  |
| 2021                          | 54-<br>24ХН-<br>2020 | КИСЕЛЬ из КЛЮКВЫ<br>(клюква, вода питьевая, крахмал картофельный, сахар песок)                                                                                                                                                         | 150   | 0,08              | 0,03       | 11,25            | 47,00                                              | 0,94                  |
| Итого                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        | 250   | 6,28              | 2,66       | 64,96            | 310,11                                             | 0,99                  |
| Всего                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                        |       | 37,97             | 37,22      | 198,22           | 1 287,77                                           | 11,89                 |

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина