

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 октября 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	4,34	5,63	21,64	154,15	0,38
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	170	2,89	2,44	12,72	85,19	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			340	8,83	8,27	44,18	286,94	0,91
II Завтрак								
		ФРУКТ (груша)	125	0,49	0,37	12,50	57,07	2,50
Итого			125	0,49	0,37	12,50	57,07	2,50
Обед								
		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (огурцы грунтовые)	37	0,28	0,00	0,94	5,26	1,50
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	3,74	5,71	5,37	90,72	7,43
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 (гуляш говяжий, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, морковь)	55	0,64	3,58	3,60	49,55	1,14
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,16	0,16	10,84	46,39	1,60
		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			522	12,10	13,76	60,99	410,66	11,67
Полдник								
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	125	13,93	17,22	3,30	224,25	0,51
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	0,07	0,01	10,78	44,70	1,20
Итого			245	15,60	17,43	23,90	316,55	1,71
Всего				37,02	39,83	141,57	1 071,22	16,79

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Т.А.Гущина/

МЕНЮ

6 октября 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	7,01	7,49	29,77	214,57	0,80
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,59	2,16	11,28	75,55	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			380	11,20	9,85	50,87	337,72	1,28
II Завтрак								
		ФРУКТ (груша)	126	0,49	0,37	12,55	57,28	2,51
Итого			126	0,49	0,37	12,55	57,28	2,51
Обед								
		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (огурцы грунтовые)	57	0,42	0,00	1,41	7,90	2,26
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	4,37	7,05	6,44	110,19	8,94
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 (гуляш говяжий, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, морковь)	85	0,82	5,11	4,70	68,57	1,37
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,16	11,51	49,04	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			672	15,05	17,87	76,76	521,20	14,16
Полдник								
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	150	16,87	21,27	3,98	275,40	0,62
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	16,33	67,62	1,76
Итого			320	18,57	21,48	30,13	390,62	2,38
Всего				45,31	49,57	170,31	1 306,82	20,33

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина