

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Березовский детский сад №33"
(Т.А.Гущина)**МЕНЮ**

10 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,64	5,25	23,23	155,37	0,40
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	158	4,44	3,83	7,35	82,76	0,82
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский, хлеб пшеничный)	40	5,27	4,35	12,77	112,30	0,09
Итого			348	13,35	13,43	43,35	350,43	1,31
II Завтрак								
2008		ФРУКТ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,83	47,15	10,03
Итого			100	0,40	0,40	9,83	47,15	10,03
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	3,89	7,11	5,97	106,66	7,59
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,72	4,08	18,79	123,15	9,16
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай филе, морковь, хлеб пшеничный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	55	8,92	5,42	3,32	98,05	0,51
2012	39812	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,25	0,10	6,90	34,20	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			535	19,38	17,15	57,60	471,66	17,26
Полдник								
2012	239	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	80	10,21	7,87	23,05	205,24	0,19
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			230	10,96	8,02	37,90	269,74	3,19
Всего				44,09	39,00	148,68	1 138,98	31,79

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Т.А.Гущина/

МЕНЮ

10 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,12	7,45	30,57	214,92	0,79
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	178	5,00	4,31	8,27	93,10	0,92
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский, хлеб пшеничный)	40	5,44	4,65	12,31	113,92	0,10
Итого			398	16,56	16,41	51,15	421,94	1,81
II Завтрак								
2008		ФРУКТ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
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	7,24	6,84	113,69	8,80
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	2,96	4,56	20,49	135,14	10,00
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай филе, морковь, хлеб пшеничный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	80	13,05	7,45	4,95	139,67	0,70
2012	39812	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,30	0,12	8,28	41,04	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			635	24,66	19,85	65,31	549,47	19,80
Полдник								
2012	239	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	95	12,32	10,14	34,49	280,32	0,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
Итого			275	13,22	10,32	52,31	357,72	3,60
Всего				54,84	46,98	178,57	1 376,14	35,40

Главный бухгалтер _____ Е. И. Шаипкина