

Утверждаю

и.о. заведующего

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Н.А.Лоськова/

МЕНЮ

21 июля 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 С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,69	6,07	22,63	160,38	0,40
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,49	3,87	7,43	83,55	0,83
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (сыр голландский, масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный)	40	4,75	6,23	12,30	125,14	0,08
Итого			350	12,93	16,17	42,36	369,07	1,31
II Завтрак								
		ФРУКТ (апельсин)	109	0,98	0,22	8,82	46,82	65,33
Итого			109	0,98	0,22	8,82	46,82	65,33
Обед								
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (томаты грунтовые)	48	0,52	0,10	1,81	11,43	11,91
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, рыба горбуша б/г, соль йодированная)	150	1,63	1,76	12,55	72,75	6,39
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	120	2,82	3,37	11,80	90,38	25,53
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, хлеб пшеничный, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	8,35	9,03	7,84	145,96	0,06
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,12	0,12	9,62	40,73	1,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			578	17,69	14,93	70,40	490,43	45,00
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,52	10,71	1,15	126,94	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,21	3,63	6,96	78,31	0,70
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			230	12,33	14,54	17,93	252,85	0,80
Всего				43,93	45,86	139,51	1 159,17	112,60

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

и.о. заведующего

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Н.А.Лоськова/

МЕНЮ

21 июля 2026 г.

Дети с 3 до 7 лет

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,17	7,55	30,79	216,79	0,80
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	179	5,04	4,35	8,34	93,90	0,93
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (сыр голландский, масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный)	40	4,86	7,00	8,84	118,91	0,10
Итого			399	16,07	18,90	47,97	429,60	1,83
II Завтрак								
		ФРУКТ (апельсин)	109	0,98	0,22	8,79	46,68	65,14
Итого			109	0,98	0,22	8,79	46,68	65,14
Обед								
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (томаты грунтовые)	70	0,77	0,14	2,67	16,88	17,58
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, рыба горбуша б/г, соль йодированная)	180	1,68	2,09	12,79	77,08	6,52
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная)	150	3,53	4,35	14,90	115,05	31,89
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, хлеб пшеничный, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	80	13,36	14,47	12,52	233,60	0,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,16	11,85	50,68	1,74
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			715	23,42	21,72	79,39	612,28	57,83
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	110	12,07	19,32	2,11	230,66	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	434	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ (коктейль молочный)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			330	13,67	19,52	11,93	278,26	0,16
Всего				54,14	60,36	148,08	1 366,82	124,96

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина