

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

Т.А.Гущина/

МЕНЮ

9 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	4,99	3,45	19,31	129,02	0,53
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	7,04	28,15	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,38	0,17	8,48	41,11	0,00
Итого			317	6,37	3,62	34,83	198,28	0,53
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, куриная грудка , соль йодированная)	150	3,80	6,05	8,27	105,76	5,46
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куриная грудка , крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	12,06	11,79	8,56	188,75	8,42
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	30	0,42	0,84	2,03	19,74	0,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,08	8,94	37,27	0,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,35	0,28	14,63	70,38	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,38	0,17	8,48	41,11	0,00
Итого			492	20,09	19,21	50,91	463,01	14,69
Полдник								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба пикша, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	90	11,65	4,76	2,47	99,71	1,55
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	59	6,44	5,83	0,36	79,64	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,03	0,00	7,14	29,23	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,38	0,17	8,48	41,11	0,00
Итого			316	19,50	10,76	18,45	249,69	2,07
Всего				45,96	33,59	104,19	910,98	17,29

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

/Т.А.Гуцина/

МЕНЮ

9 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	4,99	3,45	19,31	129,02	0,53
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	7,04	28,15	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,38	0,17	8,48	41,11	0,00
Итого			317	6,37	3,62	34,83	198,28	0,53
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, куриная грудка , соль йодированная)	150	3,80	6,05	8,27	105,76	5,46
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куриная грудка , крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	12,06	11,79	8,56	188,75	8,42
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	30	0,42	0,84	2,03	19,74	0,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,08	8,94	37,27	0,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,35	0,28	14,63	70,38	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,38	0,17	8,48	41,11	0,00
Итого			492	20,09	19,21	50,91	463,01	14,69
Полдник								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба пикша, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	90	11,65	4,76	2,47	99,71	1,55
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	59	6,44	5,83	0,36	79,64	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,03	0,00	7,14	29,23	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	17	1,38	0,17	8,48	41,11	0,00
Итого			316	19,50	10,76	18,45	249,69	2,07
Всего				45,96	33,59	104,19	910,98	17,29

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина