

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

Т.А.Гущина/

МЕНЮ

25 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	5,18	3,60	19,60	132,36	0,56
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	170	2,54	2,11	10,70	72,61	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			340	9,32	5,91	40,12	252,57	1,01
II Завтрак								
2008	442	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	103	2,98	2,57	4,93	55,47	1,34
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ (шоколад молочный).	13	1,26	4,45	6,46	71,01	0,00
Итого			116	4,24	7,02	11,39	126,48	1,34
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, куриная грудка , соль йодированная)	150	3,49	6,15	6,78	99,66	4,35
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куриная грудка , крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, 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	0,48	1,23	2,13	25,18	0,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,12	0,12	9,93	42,01	1,22
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			490	19,79	19,73	49,94	464,40	14,00
Полдник								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба кета филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	80	0,13	4,41	0,68	43,08	0,20
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	0,09	0,00	7,27	29,92	0,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			309	8,26	10,44	18,13	200,24	0,66
Всего				41,61	43,10	119,58	1 043,69	17,01

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Березовский детский сад №33"

Г.А.Гуцина/

МЕНЮ

25 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	6,21	4,51	23,75	161,44	0,67
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,84	2,24	11,61	78,58	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			380	10,65	6,95	45,18	287,62	1,15
II Завтрак								
2008	442	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, (молоко пастер. 2,5% жирности)	103	2,98	2,57	4,93	55,47	1,34
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ (шоколад молочный)	13	1,26	4,45	6,46	71,01	0,00
Итого			116	4,24	7,02	11,39	126,48	1,34
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)	180	5,03	8,58	7,76	132,07	5,18
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куриная грудка, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180	19,60	19,51	13,67	309,00	13,67
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	30	0,50	1,59	1,89	28,74	0,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,16	11,95	51,09	1,74
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,38	0,28	14,84	71,40	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			625	29,27	30,32	59,93	639,90	20,60
Полдник								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба кета филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	100	0,16	1,89	0,86	21,29	0,26
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	60	8,04	7,28	0,45	99,37	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150	0,08	0,00	6,85	28,17	0,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			330	9,88	9,37	17,98	196,43	0,69
Всего				54,04	53,66	134,48	1 250,43	23,78

Главный бухгалтер

Е. И. Шаипкина