МБДОУ "Красносельский д/с"

МЕНЮ

19 октября 2026 г.

САД--12

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2018	80 КРАСНОЕ	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,10	3,44	20,60	134,49	0,47
	304 КРАСНОЕ	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,81	3,15	12,74	95,25	0,62
2018	1 КРАСНОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/30/10	2,95	8,45	20,24	169,10	0,00
Итого			**440**	**11,86**	**15,04**	**53,58**	**398,84**	**1,09**
II Завтрак								
	КРАСНОЕ	СОК	200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Итого			**200**	**0,00**	**0,00**	**19,40**	**87,30**	**0,00**
Обед								
	КРАСНОЕ	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	60	1,71	3,88	3,40	54,75	2,34
2004	142 КРАСНОЕ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	4,71	5,71	12,61	120,92	6,32
2018	150 КРАСНОЕ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	0,41	1,97	5,95	43,40	0,82
2008	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	20,11	17,34	19,88	315,93	0,08
2008	436 КРАСНОЕ	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,17	0,04	16,07	66,30	4,75
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
Итого			**670**	**30,41**	**29,49**	**78,41**	**701,30**	**14,31**
Уплотнённый полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,68	5,91	4,13	72,65	2,09
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	6,28	2,36	42,76	217,00	0,00
2018	298 КРАСНОЕ	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,02
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,45	1,03	17,29	88,51	0,00
Итого			**380**	**9,41**	**9,30**	**71,92**	**409,12**	**2,11**
Всего				**51,68**	**53,83**	**223,31**	**1 596,56**	**17,51**

МБДОУ "Красносельский д/с"

МЕНЮ

19 октября 2026 г.

САД-10,5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2018	80 КРАСНОЕ	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,93	5,93	18,27	151,23	0,78
	304 КРАСНОЕ	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,52	2,91	12,27	90,01	0,57
2018	1 КРАСНОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/30/10	2,86	8,19	19,64	164,02	0,00
Итого			**440**	**12,31**	**17,03**	**50,18**	**405,26**	**1,35**
II Завтрак								
	КРАСНОЕ	СОК	200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Итого			**200**	**0,00**	**0,00**	**19,40**	**87,30**	**0,00**
Обед								
	КРАСНОЕ	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	50	1,43	4,85	2,84	60,21	1,96
2004	142 КРАСНОЕ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	4,74	8,60	12,76	147,71	6,37
2018	150 КРАСНОЕ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	0,49	3,92	6,04	61,69	0,96
2008	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	15,88	14,33	7,52	222,45	0,07
2008	436 КРАСНОЕ	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,17	0,04	18,97	77,92	4,75
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			**640**	**26,96**	**33,39**	**69,38**	**699,48**	**14,11**
Уплотнённый полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,57	4,94	3,45	60,59	1,74
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	6,94	4,69	46,60	255,93	0,00
2018	298 КРАСНОЕ	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	0,69	2,76	0,02
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			**345**	**11,20**	**11,18**	**76,74**	**452,36**	**1,76**
Всего				**50,47**	**61,60**	**215,70**	**1 644,40**	**17,22**

МБДОУ "Красносельский д/с"

МЕНЮ

19 октября 2026 г.

ЯСЛИ-10,5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2018	80 КРАСНОЕ	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,54	4,09	12,92	103,09	0,39
	304 КРАСНОЕ	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	3,22	2,69	9,68	76,57	0,54
2018	1 КРАСНОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/20/10	2,52	7,19	17,20	143,80	0,00
Итого			**380**	**9,28**	**13,97**	**39,80**	**323,46**	**0,93**
II Завтрак								
	КРАСНОЕ	СОК	200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Итого			**200**	**0,00**	**0,00**	**19,40**	**87,30**	**0,00**
Обед								
	КРАСНОЕ	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	40	1,13	2,91	2,28	39,44	1,56
2004	142 КРАСНОЕ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	3,70	4,72	8,61	91,87	4,31
2018	150 КРАСНОЕ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	0,36	3,53	5,02	53,42	0,69
2008	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50	11,42	10,36	6,24	163,86	0,06
2008	436 КРАСНОЕ	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0,03	15,82	64,94	3,96
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	1,32	17,00	103,60	0,00
Итого			**540**	**20,16**	**22,87**	**54,97**	**517,13**	**10,58**
Уплотнённый полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,43	2,97	2,76	39,75	1,40
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,72	1,84	38,31	192,40	0,00
2018	298 КРАСНОЕ	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,11	20,43	0,02
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
Итого			**280**	**8,91**	**5,97**	**65,68**	**352,39**	**1,42**
Всего				**38,35**	**42,81**	**179,85**	**1 280,28**	**12,93**