МБДОУ "Красносельский д/с"

МЕНЮ

13 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								
	208 КРАСНОЕ	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,42	7,32	35,38	237,80	0,61
	304 КРАСНОЕ	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,81	3,15	12,74	95,25	0,62
2018	1 КРАСНОЕ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/30/10	7,04	5,67	13,00	131,34	0,00
Итого			**440**	**18,27**	**16,14**	**61,12**	**464,39**	**1,23**
II Завтрак								
	КРАСНОЕ	ФРУКТ (груша)	100	0,39	0,29	9,99	45,59	2,00
Итого			**100**	**0,39**	**0,29**	**9,99**	**45,59**	**2,00**
Обед								
2008	13 КРАСНОЕ	ТОМАТ СВЕЖИЙ	60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	6,12	5,62	28,83	190,39	3,31
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	13,34	22,90	26,74	366,43	0,84
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	15,21	76,68	72,00
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			**620**	**24,30**	**30,41**	**92,03**	**763,00**	**76,15**
Уплотнённый полдник								
2002	130	ОЛАДЬИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/30	9,73	8,88	58,30	352,14	0,34
	КРАСНОЕ	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60	0,13	0,12	0,01	1,52	0,00
2018	296 КРАСНОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
Итого			**410**	**15,49**	**13,85**	**67,62**	**458,42**	**1,38**
Всего				**58,45**	**60,69**	**230,76**	**1 731,40**	**80,76**

МБДОУ "Красносельский д/с"

МЕНЮ

13 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								
	208 КРАСНОЕ	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,32	7,06	26,21	194,34	0,61
	304 КРАСНОЕ	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,24	2,67	11,81	84,77	0,52
2018	1 КРАСНОЕ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/30/10	9,19	7,91	9,75	147,10	0,00
Итого			**440**	**18,75**	**17,64**	**47,77**	**426,21**	**1,13**
II Завтрак								
	КРАСНОЕ	ФРУКТ (груша)	100	0,39	0,29	9,99	45,58	2,00
Итого			**100**	**0,39**	**0,29**	**9,99**	**45,58**	**2,00**
Обед								
2008	13 КРАСНОЕ	ТОМАТ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	6,34	5,64	30,18	196,84	3,36
	38 КРАСНОЕ	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	10,81	12,16	25,80	255,94	0,59
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	13,11	65,65	60,00
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			**590**	**21,89**	**19,65**	**90,34**	**647,93**	**63,95**
Уплотнённый полдник								
2002	130	ОЛАДЬИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100/30	8,66	8,57	51,17	316,45	0,29
	КРАСНОЕ	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60	0,13	0,12	0,01	1,52	0,00
2018	296 КРАСНОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			**370**	**13,85**	**13,06**	**59,56**	**412,25**	**1,23**
Всего				**54,88**	**50,64**	**207,66**	**1 531,97**	**68,31**

МБДОУ "Красносельский д/с"

МЕНЮ

13 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								
	208 КРАСНОЕ	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,44	4,87	16,18	126,84	0,51
2018	304 КРАСНОЕ	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,68	2,24	8,78	66,63	0,45
2018	1 КРАСНОЕ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/20/10	5,84	4,23	17,10	130,06	0,00
Итого			**380**	**12,96**	**11,34**	**42,06**	**323,53**	**0,96**
II Завтрак								
2008		ФРУКТ (груша)	100	0,39	0,29	9,99	45,60	2,00
Итого			**100**	**0,39**	**0,29**	**9,99**	**45,60**	**2,00**
Обед								
2008	13 КРАСНОЕ	ТОМАТ СВЕЖИЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	4,57	3,57	22,12	138,80	2,76
	38 КРАСНОЕ	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	110	7,50	8,55	21,72	193,80	0,43
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,40	0,16	12,10	58,95	48,00
	КРАСНОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	1,32	17,00	103,60	0,00
Итого			**490**	**15,87**	**13,60**	**72,94**	**495,15**	**51,19**
Уплотнённый полдник								
2002	130	ОЛАДЬИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70/30	9,51	4,69	59,37	317,55	0,18
	КРАСНОЕ	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60	0,13	0,12	0,01	1,52	0,00
2018	296 КРАСНОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
Итого			**310**	**13,86**	**8,45**	**66,36**	**397,64**	**0,96**
Всего				**43,08**	**33,68**	**191,35**	**1 261,92**	**55,11**