

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №86"  
Ивлиева Е.В./



## МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"                                        | 180   | 5,5               | 5,5     | 26               | 176                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 1                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ                               | 40/6  | 4,3               | 1,8     | 19,5             | 111                                      | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 200   | 3,1               | 2,6     | 12,6             | 87                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 426   | 12,9              | 9,9     | 58,1             | 374                                      | 1,1                   |
| Обед                          |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 99                  | СУП С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ И<br>ЯЙЦОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 200   | 6                 | 8,9     | 8,1              | 143                                      | 3,7                   |
| 2008                          | 141                 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ<br>ПТИЦЫ                      | 200   | 11,5              | 14,4    | 12,9             | 228                                      | 18,2                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                                | 200   |                   |         | 7,8              | 31                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                          | 50    | 3,3               | 0,4     | 21,2             | 102                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                      | 650   | 20,8              | 23,7    | 50               | 504                                      | 21,9                  |
| Полдник                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ                                    | 200   | 5,6               | 4,9     | 9,3              | 105                                      | 1                     |
| 2012                          | 485                 | ПЛЮШКА С САХАРОМ                                     | 70    | 7,3               | 7,2     | 41,6             | 260                                      | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 270   | 12,9              | 12,1    | 50,9             | 365                                      | 1,2                   |
| Ужин                          |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 112                 | СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ              | 180   | 6                 | 5,5     | 26               | 178                                      | 0,6                   |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 200   | 0,1               |         | 8,1              | 33                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 40    | 2,6               | 0,2     | 17               | 80                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                      | 420   | 8,7               | 5,7     | 51,1             | 291                                      | 0,6                   |
| Всего                         |                     |                                                      |       | 55,3              | 51,4    | 210,1            | 1534                                     | 24,8                  |

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

Ивлиева Е.В./



## МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"                                        | 150   | 4,9               | 5,4     | 22,2             | 158                                      | 0,5                   |
| 2008                          | 1                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ                               | 30/5  | 3,4               | 1,7     | 14,6             | 87                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 150   | 2,8               | 2,4     | 10,8             | 76                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 335   | 11,1              | 9,5     | 47,6             | 321                                      | 1                     |
| Обед                          |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 99                  | СУП С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ И<br>ЯЙЦОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 150   | 5,8               | 8       | 7,3              | 129                                      | 3,5                   |
| 2008                          | 141                 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ<br>ПТИЦЫ                      | 150   | 10,1              | 12,7    | 11,5             | 202                                      | 16,8                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                                | 150   |                   |         | 6,5              | 26                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                          | 40    | 2,3               | 0,3     | 14,6             | 70                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                      | 490   | 18,2              | 21      | 39,9             | 427                                      | 20,3                  |
| Полдник                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ                                    | 150   | 4,4               | 3,8     | 7,3              | 82                                       | 0,8                   |
| 2012                          | 485                 | ПЛЮШКА С САХАРОМ                                     | 60    | 6,3               | 6,5     | 35,3             | 226                                      | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 210   | 10,7              | 10,3    | 42,6             | 308                                      | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 112                 | СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ              | 150   | 5,1               | 4,4     | 22               | 150                                      | 0,5                   |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 150   | 0,1               |         | 6,7              | 27                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30    | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                      | 330   | 7,4               | 4,6     | 43,3             | 246                                      | 0,5                   |
| Всего                         |                     |                                                      |       | 47,4              | 45,4    | 173,4            | 1302                                     | 22,7                  |