

Утверждаю

заведующий
МБДОУ "Детский сад компенсирующего вида № 61"
/Аникина В.Ю./

МЕНЮ

10 сентября 2026 г.

Сад 12 часов



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								
	160	КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ СЛАДКАЯ, С МАСЛОМ СЛ. (молоко пастер. 3,2% жирности, пшено, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	200	7,38	7,02	29,56	205,76	0,68
2001	127	КАКАО С МОЛОКОМ СЛАДКИЙ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,54	2,59	11,50	80,55	0,42
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	8	0,08	5,84	0,11	53,33	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	32	2,38	0,82	16,02	81,07	0,00
Итого			420	12,38	16,27	57,19	420,71	1,10
II Завтрак								
2001	139	АПЕЛЬСИН (апельсины)	58	0,52	0,06	1,75	19,83	35,00
Итого			58	0,52	0,06	1,75	19,83	35,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,92	4,58	3,06
1991 г.	2	СУП-ЛАПША С КУРИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, лук репчатый, морковь, макаронные изделия высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сушеная зелень, вода питьевая)	200	4,83	6,03	9,59	112,09	0,69
2012	158	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (минтай потрошенный б/г, лук репчатый, яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный, масло подсолнечное рафинированное, чеснок)	80	11,71	3,43	8,55	112,05	0,44
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛ. (картофель, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	140	2,66	3,26	21,40	125,81	10,80
2008	124	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ СЛАДКИЙ (сахар песок, вода питьевая, курага, изюм)	180	0,47	0,02	15,62	62,71	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	45	2,98	0,50	18,10	90,28	0,00
Итого			675	22,89	13,27	74,18	507,52	14,99
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	38	2,77	4,52	27,17	161,12	0,00
1991 г.	125	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,16	0,11	31,70	123,68	0,44
Итого			218	2,93	4,63	58,87	284,80	0,44
Ужин								
1991 г.	40	ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. (капуста белокочанная, крупа манная, лук репчатый, морковь, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), масло подсолнечное рафинированное)	180	5,55	6,39	16,73	140,51	26,35
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	7,85	31,82	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	32	2,37	0,82	15,98	80,84	0,00
Итого			392	8,03	7,21	40,56	253,17	26,35
Всего				46,75	41,44	232,55	1 486,03	77,88

повар

Кокурина Н.А.