

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
11 июня 2026 г.  
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	99	КАША СБОРНАЯ НА МОЛОКЕ СЛАДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа гречневая ядрица, пшено, крупа пшеничная, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко ультрапастеризованное жирн. 3,2 %, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), сахар песок, соль йодированная)	200	7,82	7,61	30,14	218,14	0,19
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	8,10	32,78	0,00
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	9	0,09	6,71	0,13	61,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>10,26</b>	<b>15,10</b>	<b>53,55</b>	<b>389,01</b>	<b>0,19</b>
<b>II Завтрак</b>								
2001	139	АПЕЛЬСИН (апельсины)	78	0,70	0,08	2,33	26,44	46,67
<b>Итого</b>			<b>78</b>	<b>0,70</b>	<b>0,08</b>	<b>2,33</b>	<b>26,44</b>	<b>46,67</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	37	0,29	0,04	1,10	5,50	3,67
2008	149	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ (мясо говядины на кости, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	200	5,91	6,41	11,42	124,12	15,37
2012	29	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай потрошенный б/г, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	100	12,37	3,59	3,17	94,60	1,49
2012	74	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	100	3,78	2,43	24,27	135,07	0,00
2008	124	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ СЛАДКИЙ (сахар песок, вода питьевая, курага, изюм)	180	0,46	0,02	15,68	62,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	48	3,08	0,51	18,73	93,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>25,89</b>	<b>13,00</b>	<b>74,37</b>	<b>515,59</b>	<b>20,53</b>
<b>Полдник</b>								
2012	62	ОМЛЕТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (яйца куриные (шт.), молоко ультрапастеризованное жирн. 3,2 %, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	110	7,55	9,08	5,90	135,77	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	27	2,05	0,71	13,82	69,91	0,00
2008	270	ВАФЛИ (вафли)	33	1,47	7,85	19,94	156,92	0,00
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	8,02	32,46	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,17</b>	<b>17,64</b>	<b>47,68</b>	<b>395,06</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>48,02</b>	<b>45,82</b>	<b>177,93</b>	<b>1 326,10</b>	<b>67,39</b>

повар

Аксель Н.А.