

утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад компенсирующего вида № 61"

/Аникина В.Ю./

МЕНЮ

30 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
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)	120	10,32	13,21	6,24	185,42	0,00
2012	129	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СЛАДКИЙ (кофейный напиток, сахар песок, молоко ультрапастеризованное жирн. 3,2 %, вода питьевая)	180	3,36	3,48	13,85	100,65	0,00
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	14	0,14	10,04	0,19	91,66	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,24	0,78	15,10	76,41	0,00
Итого			344	16,06	27,51	35,38	454,14	0,00
II Завтрак								
2008	137	ГРУША (груша)	104	0,42	0,31	10,70	48,81	5,19
Итого			104	0,42	0,31	10,70	48,81	5,19
Обед								
	0	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (свекла)	50	1,17	0,21	7,16	29,84	2,86
	170	СУП- ЛАПША С МЯСОМ (мясо говядины на кости, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное)	200	5,29	6,37	9,74	117,62	0,51
	38	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ, МАСЛОМ СЛ. (мясо говядины на кости, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная, чеснок)	240	12,76	13,59	13,52	219,60	35,30
2008	120	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ (курага, сахар песок, вода питьевая)	180	0,81	0,05	15,44	66,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,30	0,55	20,05	100,00	0,00
Итого			720	23,33	20,77	65,91	533,19	38,67
Полдник								
	180	ГРЕНКИ ДОМАШНИЕ (хлеб пшеничный, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), сахар песок)	40	2,58	4,12	20,10	127,88	0,00
2008	133	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко ультрапастеризованное жирн. 3,2 %)	192	5,60	5,97	8,77	111,92	0,00
Итого			232	8,18	10,09	28,87	239,80	0,00
Ужин								
	141	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛ. (горох колотый, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	150	12,33	3,01	30,89	192,43	0,00
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	7,94	32,16	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
Итого			360	14,68	3,79	54,01	301,39	0,00
Всего				62,67	62,47	194,87	1 577,33	43,86

повар

Кер

Кокурина Н.А.