



МЕНЮ

27 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	130	4,19	5,40	17,16	134,65	0,35
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,20	4,20	14,60	103,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,11	0,09	7,30	34,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	8,50	34,80	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,99	0,18	5,01	26,10	0,00
Итого			350	9,79	10,07	52,57	333,00	0,35
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,25	1,53	2,29	24,37	0,84
		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	3,82	4,33	8,68	89,27	4,94
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	5,55	3,62	1,53	67,32	4,17
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,32	3,12	15,81	100,87	7,68
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,70	0,10	4,10	17,40	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,73	0,07	4,87	23,50	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,15	0,15	20,93	86,27	1,50
Итого			510	13,52	12,92	58,21	409,00	19,13
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	5,03	4,33	6,93	91,86	1,21
		ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ	50/5	3,64	5,85	19,27	154,00	0,03
Итого			205	8,67	10,18	26,20	245,86	1,24
Всего				33,48	33,67	157,98	1 083,86	30,72

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Легаева В.А.




МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,33	6,19	22,95	165,29	0,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,60	4,80	0,00	60,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,65	0,18	17,24	82,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	8,98	37,04	0,63
Итого			401	11,97	11,34	57,40	384,57	1,03
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	48,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	48,00	0,00
Обед								
		СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	4,60	5,47	10,24	108,55	0,63
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	17,16	20,28	2,95	262,62	0,84
		РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	4,62	33,63	188,89	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,80	47,00	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	25,38	101,54	0,00
Итого			600	27,75	30,64	90,23	748,17	1,47
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,00	36,05	0,03
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5,43	7,16	41,17	250,71	0,00
Итого			250	5,49	7,18	50,17	286,76	0,03
Всего				45,21	49,16	197,80	1 467,50	2,53

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Легаева В.А.

Утверждаю



заведующий
МБДОУ д/с №22
/Орлова А.А./

МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА С МАСЛОМ "ДРУЖБА"	130	3,91	5,56	20,14	146,72	0,37
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,84	2,37	0,00	30,00	0,06
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	36,68	34,80	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,38	0,23	22,05	105,75	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,10	0,02	8,24	33,64	3,06
Итого			348	10,55	8,42	87,11	350,91	3,49
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	38,40	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	38,40	0,00
Обед								
		СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	4,93	5,76	8,13	103,95	0,45
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	9,56	11,77	2,11	152,40	0,48
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,70	4,39	28,25	163,22	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,70	0,10	4,10	17,40	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,80	0,10	4,90	23,50	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,07	0,03	13,05	48,98	1,50
Итого			480	18,76	22,15	60,54	509,45	2,43
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,02	7,50	30,04	0,02
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,64	6,26	21,96	159,00	0,00
Итого			200	3,69	6,28	29,46	189,04	0,02
Всего				33,00	36,85	177,11	1 087,80	5,94

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

/Орлова А.А./



МЕНЮ

28 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	5,34	6,30	18,71	153,86	0,72
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,89	0,13	12,31	59,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,45	3,36	24,48	142,72	0,56
Итого			410	16,60	14,41	61,94	446,59	1,28
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100	0,00	0,00	1,11	4,40	1,80
Итого			100	0,00	0,00	1,11	4,40	1,80
Обед								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	50	1,07	5,00	4,32	66,73	1,62
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180/16	4,59	8,83	7,36	128,31	11,23
		РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,80	0,35	2,15	35,35	0,77
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,51	20,44	132,63	10,32
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,41	1,20	1,41	18,14	0,05
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,13	12,25	58,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	21,50	101,84	72,00
Итого			691	18,15	20,43	77,66	581,32	95,99
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,72	6,31	9,27	118,34	1,06
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
Итого			250	9,47	11,21	46,47	326,84	1,06
Всего				44,22	46,05	187,18	1 359,15	100,13

Бухгалтер _____

Кропотова Н.Н.

повар _____

Легаева В.А.



МЕНЮ

28 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	130	4,63	5,54	16,21	134,14	0,62
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	0,16	9,68	47,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,18	5,01	26,10	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,88	2,79	20,44	119,12	0,47
Итого			355	14,90	13,16	51,61	387,65	1,09
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,84	47,71	10,08
Итого			100	0,40	0,40	9,84	47,71	10,08
Обед								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	30	0,55	2,59	2,24	34,63	0,84
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150	4,16	8,32	4,80	111,76	8,45
		РЫБА ПРИПУЩЕННА С ОВОЩАМИ	50	4,68	0,28	1,54	27,69	0,56
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,13	3,80	17,30	112,04	8,74
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	15	0,70	2,08	2,50	31,68	0,09
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,08	7,28	35,25	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,67	0,07	4,13	17,40	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,53	0,23	18,30	44,25	75,00
Итого			530	14,55	17,45	58,09	414,70	93,68
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	175	4,94	5,37	8,00	93,73	2,27
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,93	2,43	18,68	96,31	0,00
Итого			200	6,87	7,80	26,68	190,04	2,27
Всего				36,72	38,81	146,22	1 040,10	107,12

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий
МБДОУ д/с №22
Орлова А.А./



МЕНЮ

29 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3,58	4,55	12,42	105,71	0,55
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	13,86	141,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,75	0,05	4,90	23,50	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,35	1,40	10,93	61,98	0,26
Итого			405	11,69	13,05	50,34	371,76	0,81
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,47	0,49	20,64	94,38	4,06
Итого			100	1,47	0,49	20,64	94,38	4,06
Обед								
		СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,74	2,42	12,07	97,38	4,62
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	8,64	9,27	7,12	146,95	12,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,80	47,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,94	55,74	0,00
Итого			625	25,24	17,92	82,70	594,74	16,69
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (со сгущенным молоком)	100	19,75	14,06	22,10	297,93	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,00	36,05	0,03
Итого			280	19,81	14,08	31,10	333,98	0,31
Всего				58,21	45,54	184,78	1 394,86	21,87

Бухгалтер  Кропотова Н.Н.

повар  Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий
МБДОУ д/с №22
/Орлова А.А./



МЕНЮ

29 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	130	3,10	3,94	10,73	91,45	0,47
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	13,86	141,00	0,07
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	0,20	8,20	34,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,14	1,01	8,18	50,29	1,00
Итого			345	10,37	12,03	40,97	317,54	1,54
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,47	0,49	20,64	94,38	4,06
Итого			100	1,47	0,49	20,64	94,38	4,06
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,88	6,72	11,47	91,14	7,29
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	50	9,95	7,67	53,20	321,77	6,23
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,80	47,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,70	0,10	4,10	17,40	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			490	25,29	19,67	118,63	708,28	13,52
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100	18,88	13,38	15,60	262,18	0,22
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,02	7,50	30,04	0,02
Итого			250	18,93	13,40	23,10	292,22	0,24
Всего				56,06	45,59	203,34	1 412,42	19,36

Бухгалтер  Кропотова Н.Н.

повар  Легаева В.А.

Утверждаю



заведующий
МБДОУ д/с №22
/Орлова А.А./

МЕНЮ

27 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯННОЙ КРУПЫ	150	4,83	6,23	19,74	154,88	0,41
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,62	4,22	17,07	116,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,35	1,40	10,93	61,98	0,26
Итого			400	10,79	12,11	60,46	394,73	0,67
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,42	2,55	3,83	40,62	1,39
		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	4,52	5,32	11,57	112,50	6,58
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	7,75	4,97	2,09	93,39	5,85
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,74	3,60	18,66	118,37	9,08
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,15	7,29	35,08	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,10	0,17	13,78	65,03	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,50	1,80
Итого			675	18,85	16,94	82,33	568,49	24,70
Полдник								
2008	435	КЕФИР	185	5,03	4,33	6,93	91,86	1,21
		ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ	65	3,52	3,92	31,05	173,51	0,16
Итого			250	8,55	8,25	37,98	265,37	1,37
Всего				39,69	37,80	201,77	1 324,59	36,74

Бухгалтер _____ Кротова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.