

Заведующий  
МБ ДОУ детский сад №2  
/Няхина И.В./

# МЕНЮ

14 июля 2026 г.

Сад 10,5 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                          | 189                 | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С<br>САХАРОМ И МАСЛОМ № 182 | 150    | 4,83              | 4,32    | 20,71            | 141,67                                   | 0,46                  |
| 2008                          |                     | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2                        | 20/5   | 2,18              | 3,75    | 23,38            | 136,03                                   | 0,03                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>№ 414             | 180    | 2,71              | 2,16    | 11,98            | 78,85                                    | 0,46                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 355    | 9,72              | 10,23   | 56,07            | 356,55                                   | 0,95                  |
| Обед                          |                     |                                                 |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 95                  | СУП ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ № 106                     | 180    | 3,36              | 5,68    | 14,87            | 124,49                                   | 5,08                  |
| 2008                          | 73                  | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА<br>№123 (ВАР 1)      | 20     | 1,72              | 0,14    | 11,29            | 53,28                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 271                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ<br>№ 322             | 70     | 12,84             | 12,53   | 6,38             | 189,91                                   | 0,94                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(ГАРНИР) № 330    | 130    | 5,45              | 3,29    | 24,70            | 150,02                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 360                 | СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №365                        | 30     | 0,18              | 1,62    | 1,09             | 19,61                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА № 417            | 180    | 0,54              | 0,22    | 13,07            | 66,67                                    | 65,33                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИННЫЙ                          | 40     | 2,30              | 0,31    | 14,74            | 70,94                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 650    | 26,39             | 23,79   | 86,14            | 674,92                                   | 71,37                 |
| Ужин                          |                     |                                                 |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 112                 | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ № 99                        | 150    | 4,54              | 4,56    | 12,75            | 110,71                                   | 0,67                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ № 411                             | 180/10 | 0,10              | 0,00    | 6,98             | 28,29                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ № 452                          | 50     | 3,64              | 3,36    | 27,39            | 154,08                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИННЫЙ                       | 20     | 1,18              | 0,10    | 7,76             | 36,62                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 410    | 9,46              | 8,02    | 54,88            | 329,70                                   | 0,69                  |
| Всего                         |                     |                                                 |        | 45,57             | 42,04   | 197,09           | 1 361,17                                 | 73,01                 |