

ДАТА: 16 февраля 2026 г

СОГЛАСОВАНО
ст. воспитатель

Дроздова В. В.

Прием пищи неделя	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры Технологическ ая карта
			Б	Ж	У		

САД 3-7 лет 6 день

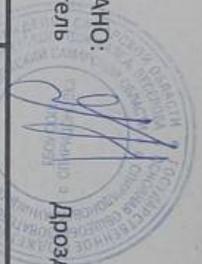
завтрак	Каша рисовая молочная	200	5	8,2	30,3	282,7	415
	Чай с молоком	200	4,2	3,62	17,26	118,66	397
	Батон с маслом	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
ИТОГО		400	10,43	12,25	55,93	444,25	
2 завтрак	Сок фруктово-ягодный	200	0	0	20,2	88,85	399
обед	Салат из капусты с яблоком	60	1,02	3,1	5,7	54	8
	Суп с лапшой по домашнему	220	7,33	1,87	11,99	109,2	86
	Жаркое по домашнему	200	10,62	10,86	19,4	192,24	96/39
	Компот из свеж-фруктов	200	1,49	0,07	29,68	129,12	128
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	148
ИТОГО		760	24,69	16,83	97,31	621,95	
полдник	Печенье	60	6,7	10,81	43	186,55	151
	Кисель	200	0	0	19,6	80	122
ИТОГО		260	6,7	10,81	62,6	266,55	
ужин	Рыба в омлете	200	7,99	8,87	9,97	291,58	249
	Яблоко	100	0,5	0,5	0	40	368
	Чай с сах	200	3,12	3,24	17,7	59,28	136
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
ИТОГО		530	12,84	13,04	36,04	433,75	
Итого за день		1980	55,16	52,43	272,08	1777,98	

ЦЕНА: 185р50к

DATA: 17 февраля 2026 г

СОГЛАСОВАНО:
ст.воспитатель

Дроздова В.В.



Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры Технологическ ая карта
			Б	Ж	У		

САД 3-7 лет 7 День

завтрак	Суп молочный вермишелевый	200	6,6	9	20,64	323,45	131
	Кофейный напиток с молоком	200	4,58	5,04	21,5	145,34	130
	Батон с маслом сливочным с сыром	25\7\7	3,9	3,95	12,26	101,96	132
ИТОГО		439	15,08	17,99	54,4	570,75	
2 завтрак	Яблоко	150	0,4	0,3	10,3	114,15	368а
обед	Салат из капусты с морковью	60	0,75	0,56	6,97	31,38	13
	Борщ на м/б о сметаной	200	5,55	8,75	17,54	262,1	56
	Макаронны отварные	180	2,92	3,32	18,72	107,46	204
	печень тушонная с овощами	80	8,8	17,06	9,66	191,34	79/364
	Компот из кураги	200	7,76	7,76	17,86	69,38	556
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	148
ИТОГО		800	30,01	38,38	101,29	799,05	
полдник	Кисло-молочный продукт	200	4,86	4,5	19,44	42,2	6\н
	Вафля	50	25,87	14,38	82,5	300,25	151
ИТОГО		250	30,73	18,88	101,94	342,45	
УЖИН	Пудинг творожный со сметаной	220	12,38	13,34	30,28	486,86	286
	Чай с лимоном	200	0,3	0,02	10,21	41	393
	Хлеб пшеничный	30	131	0,43	8,37	42,89	147
ИТОГО		450	143,68	13,79	48,86	570,75	
Итого за день		2119	108,01	91,83	325,56	2283,84	

ЦЕНА: 184р60к

DATA: 18 февраля 2026 г

СОГЛАСОВАНО
ст. воспитатель

Дроздова В.В.

Прием пищи неделя	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры Технологическ ая карта
			Б	Ж	У		

САД 3 - 7 лет 8 День

завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6,76	10,42	25,86	262,86	189
	Какао с молоком	200	2,24	2,1	22,48	218,84	397
	Батон с маслом сливочным	25\7	1,96	6,04	11,7	108,8	1
Итого		432	10,96	18,56	60,04	590,5	
2 завтрак	Груша/апельсин	180	4,6	4,5	19,44	118,1	368
Итого							
обед	Салат из свеклы с изюмом	60	0,8	3,2	9,2	67	18
	Суп с клецками	200	7,85	4,43	44,88	250,75	35
	Плов с курицей	180	16,74	1,89	35,37	264,12	100
	Компот из суффрукт	200	1,04	0	26,96	107,44	126
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	148
Итого		720	30,66	10,45	146,95	826,7	
полдник	Булочка	90	6,7	10,81	43	268,96	186
	Напиток из изюма	200	1	0	20,2	85,34	401
Итого		290	7,7	10,81	63,2	354,3	
ужин	Овощное рагу	200\30	20,85	16,5	36,8	483,26	59
	Чай с сахаром	200	10,8	2,75	11,7	64,35	136
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
Итого		460	32,88	19,68	56,87	590,5	
Итого за день		2082	86,8	64	346,5	2362,14	

ЦЕНА: 187р 80к

ДАТА: 19 февраля 2026 г

СОГЛАСОВАНО:
ст.воспитатель

Дроздова В.В.



Прием пищи неделя	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры Технологическ ая карта
			Б	Ж	У		

САД 3-7 лет 9 День

завтрак	Каша кукурузная молочная	200	4,66	0,68	1,66	307,17	311
	Чай с молоком	200	3,12	3,24	17,7	109,28	138
	Батон с сыром	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	2
Итого		432	9,74	9,96	31,06	525,25	
2 завтрак	сок	200	1	0	20,2	105,05	399
Итого						591,89	
ОБЕД	Огурец свежий	50	0,53	2,47	3,12	36,84	70
	Суп гороховый на м/б	200	5,72	6,48	16,12	101,88	37
	Жаркое по домашнему с говядиной	150	5,78	13,38	21,21	178,72	96
	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	17,08	61,01	398
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	148
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
Итого		660	16,87	23,51	88,07	515,84	
полдник	Творожная запеканка со сгущ	50	25,87	14,38	82,5	593	151
	Напиток кисло-молочный	200	1,66	0,08	32,98	143,46	6/н
Итого		250	27,53	14,46	115,48	736,46	
Ужин							
	Макароны отварн. с яйцом	220	17,27	19,93	7,06	438,01	204/213
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
	Чай с сахаром и лимоном	200	10,8	2,75	11,7	44,35	393
Итого		450	29,3	23,11	27,13	525,25	
Итого за день		1992	84,44	71,04	281,94	2101,51	

ЦЕНА: 186р 40 к

ДАТА: 20 февраля 2026 г

СОГЛАСОВАНО:
ст. Воспитатель

Дроздова В.В.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У		

САД 3-7 лет 10 день

завтрак	Каша овсянная молочная	200	9,08	10,36	40,18	323,7	174
	Кофе с молоком	200	4,2	3,62	17,28	218,66	359
	Батон	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
Итого		430	14,51	14,41	65,83	585,25	
2 завтрак	Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	46	368а
Итого							
обед	Салат из моркови	60	0,99	4,25	2,95	44,46	41
	Щи на м/б со сметаной	200	1,76	4,06	9,54	81,8	86/118
	Картофельное пюре	130	7,41	6,27	35,69	234,44	104
	Бифстроганов из печени кур	80	5,91	6,55	7,81	120,1	286
	напиток из изюма	220	0,58	0	61,5	201,2	401
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	148
Итого		770	20,88	22,06	148,03	819,39	
полдник	Булочка	80	25,87	14,38	82,5	287,5	186
	напиток из шиповника	180	1	0	20,2	64,34	398
Итого		260	26,87	14,38	102,7	351,84	
Ужин	Омлет	220	5,5	7,46	25,33	472,92	79
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,08	17,42	69,44	127
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	42,89	147
Итого		450	6,93	7,97	51,12	585,25	
Итого за день		2000	69,59	59,12	377,98	2341,3	

ЦЕНА: 179Р50к