

Утверждаю

заведующий  
МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"  
/Ванюнина Е.А./



# МЕНЮ

30 июля 2025 г.

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛОСОМ	175	6,95	8,23	23,11	192,98	0,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,76	0,17	20,17	89,26	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,86	0,07	35,21	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,36	1,84	13,90	81,02	0,43
<b>Итого</b>			<b>351</b>	<b>11,12</b>	<b>14,10</b>	<b>57,25</b>	<b>398,47</b>	<b>1,27</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	108	0,97	0,11	10,26	48,60	10,80
<b>Итого</b>			<b>108</b>	<b>0,97</b>	<b>0,11</b>	<b>10,26</b>	<b>48,60</b>	<b>10,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,34	6,07	1,05	60,13	1,73
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	180	2,89	4,66	19,15	130,47	6,95
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	13,19	15,96	4,21	213,02	0,06
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,63	0,26	30,23	133,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,56	0,21	10,02	48,21	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	21,50	88,30	1,23
<b>Итого</b>			<b>626</b>	<b>26,99</b>	<b>32,36</b>	<b>114,60</b>	<b>858,46</b>	<b>9,97</b>
<b>Полдник</b>								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	27	1,94	3,06	19,38	107,95	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	152	0,74	0,15	14,88	63,34	1,22
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>2,68</b>	<b>3,21</b>	<b>34,26</b>	<b>171,29</b>	<b>1,22</b>
<b>Всего</b>				<b>41,76</b>	<b>49,78</b>	<b>216,37</b>	<b>1 476,82</b>	<b>23,26</b>

медсестра \_\_\_\_\_



заведующий  
Ванюнина Е.А./

## МЕНЮ

30 июля 2025 г.

### Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛОСОМ	195	7,70	9,14	25,70	214,43	0,93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,19	0,22	25,18	111,47	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,86	0,07	35,21	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,79	2,22	16,65	96,93	0,51
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>12,73</b>	<b>15,44</b>	<b>67,60</b>	<b>458,04</b>	<b>1,44</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	108	0,97	0,11	10,26	48,60	10,80
<b>Итого</b>			<b>108</b>	<b>0,97</b>	<b>0,11</b>	<b>10,26</b>	<b>48,60</b>	<b>10,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,45	8,17	1,40	80,79	2,30
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	200	3,21	5,15	21,35	144,84	7,71
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	17,85	21,62	5,85	288,77	0,09
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,51	0,35	40,30	178,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,35	0,31	15,04	72,35	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	25,80	105,97	1,48
<b>Итого</b>			<b>732</b>	<b>34,92</b>	<b>41,75</b>	<b>143,34</b>	<b>1 089,13</b>	<b>11,58</b>
<b>Полдник</b>								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	27	1,94	3,06	19,38	107,95	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	182	0,88	0,17	17,86	76,02	1,46
<b>Итого</b>			<b>209</b>	<b>2,82</b>	<b>3,23</b>	<b>37,24</b>	<b>183,97</b>	<b>1,46</b>
<b>Всего</b>				<b>51,44</b>	<b>60,53</b>	<b>258,44</b>	<b>1 779,74</b>	<b>25,28</b>

медсестра \_\_\_\_\_

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112288

Владелец Ванюнина Елена Анатольевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027