



Утверждаю

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

МЕНЮ

1 августа 2025 г.

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,96	5,27	21,96	157,40	0,68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,78	0,18	20,55	90,99	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	3,20	0,06	29,19	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	8,47	35,15	0,81
Итого			357	7,88	8,65	51,04	312,73	1,49
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,69	0,14	14,00	59,59	1,14
Итого			100	0,69	0,14	14,00	59,59	1,14
Обед								
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	55	0,58	2,38	3,43	38,04	3,39
2012	78	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ	180	1,44	2,50	9,89	68,30	6,90
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,76	6,69	12,47	175,00	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	3,56	2,21	22,67	124,83	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,69	0,27	30,83	136,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,26	0,17	8,09	38,94	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,63	72,79	1,20
Итого			646	19,41	14,34	105,01	654,39	11,49
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	9,66	18,10	1,45	207,19	0,11
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,51	3,70	2,04	44,43	3,96
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,90	0,25	12,14	58,41	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	0,06	0,00	8,32	33,50	0,01
Итого			332	12,13	22,05	23,95	343,53	4,08
Всего				40,11	45,18	194,00	1 370,24	18,20

медсестра



МЕНЮ

1 августа 2025 г.

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	6,63	5,83	24,39	174,65	0,75
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,24	0,22	25,71	113,79	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	3,20	0,06	29,19	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,01	10,17	42,18	0,97
Итого			412	9,03	9,26	60,33	359,81	1,72
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	143	0,69	0,14	14,00	59,59	1,14
Итого			143	0,69	0,14	14,00	59,59	1,14
Обед								
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	70	0,78	3,17	4,60	50,66	4,51
2012	78	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ	250	1,97	3,46	13,76	94,75	9,55
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	13,65	9,38	17,47	244,88	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	185	4,43	2,74	28,29	155,75	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,58	0,36	41,16	182,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,90	0,25	12,14	58,41	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,18	87,41	1,44
Итого			842	26,45	19,50	138,60	874,06	15,50
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	11,14	13,47	1,72	172,33	0,13
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,76	5,51	3,07	66,28	5,95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,90	0,25	12,14	58,41	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,07	0,00	10,00	40,20	0,01
Итого			379	13,87	19,23	26,93	337,22	6,09
Всего				50,04	48,13	239,86	1 630,68	24,45

медсестра _____

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112288

Владелец Ванюнина Елена Анатольевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027