

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 октября 2025 г.

Ясли

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,10	3,53	15,62	111,55	0,72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,75	0,17	20,03	88,69	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	1,99	0,04	18,21	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,13	1,44	0,00	17,23	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,45	2,77	12,55	88,50	0,53
Итого			371	10,46	9,90	48,24	324,18	1,27
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,53	0,11	10,76	45,78	0,88
Итого			100	0,53	0,11	10,76	45,78	0,88
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,31	0,04	0,98	5,47	3,91
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52	4,32
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	9,49	11,38	14,71	223,48	0,00
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,62	0,26	30,05	133,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,36	0,18	8,69	41,81	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,09	0,09	16,38	67,23	0,92
Итого			607	24,18	19,89	117,50	770,54	9,15
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	100	14,08	10,37	20,07	232,33	0,15
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	28	1,94	2,29	15,10	86,29	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/10	0,12	0,00	8,79	35,57	0,02
Итого			288	16,14	12,66	43,96	354,19	0,17
Всего				51,31	42,56	220,46	1 494,69	11,47

медсестра



Утверждаю

заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

Ванкюнина Е.А./

МЕНЮ

8 октября 2025 г.

Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,70	4,90	21,70	155,00	1,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,18	0,22	25,04	110,83	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,29	0,06	30,07	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,23	2,86	0,00	34,19	0,03
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,15	3,34	15,07	106,18	0,64
Итого			481	14,31	14,61	61,87	436,27	1,67
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,53	0,11	10,76	45,78	0,88
Итого			100	0,53	0,11	10,76	45,78	0,88
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,31	0,04	0,98	5,46	3,90
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,40	4,50	18,60	141,00	6,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	12,65	15,03	19,57	296,51	0,00
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,48	0,35	40,05	177,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,04	0,27	13,04	62,76	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,11	19,68	80,77	1,10
Итого			748	30,69	25,00	145,22	961,82	11,00
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	115	16,71	12,32	23,63	274,97	0,17
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	28	1,94	2,29	15,10	86,29	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,12	0,00	10,35	41,83	0,02
Итого			333	18,77	14,61	49,08	403,09	0,19
Всего				64,30	54,33	266,93	1 846,96	13,74

медсестра