



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ ЦС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

27 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	8,49	7,03	37,79	245,86	0,73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,32	0,23	26,65	117,93	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,11	8,30	0,16	75,76	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,74	2,23	18,15	102,84	0,49
Итого			413	13,66	17,79	82,75	542,39	1,22
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,54	0,11	10,88	46,35	0,89
Итого			100	0,54	0,11	10,88	46,35	0,89
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,51	0,06	1,59	8,89	6,35
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,94	3,17	19,07	126,22	8,64
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	95	13,68	5,04	21,32	187,58	0,53
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,44	4,10	14,52	110,74	28,46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,71	0,37	42,61	188,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	16,36	65,44	0,00
Итого			730	28,27	13,00	128,19	748,70	43,98
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	70	20,28	13,47	17,45	275,79	0,20
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,10	2,48	16,35	93,47	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,01	11,76	48,93	1,17
Итого			280	22,53	15,96	45,56	418,19	1,37
Всего				65,00	46,86	267,38	1 755,63	47,46

медсестра



МЕНЮ

27 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	7,64	6,26	33,99	220,51	0,66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,85	0,18	21,30	94,31	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,11	8,30	0,16	75,76	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,30	1,86	15,21	86,11	0,41
Итого			357	11,90	16,60	70,66	476,69	1,07
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,54	0,11	10,88	46,35	0,89
Итого			100	0,54	0,11	10,88	46,35	0,89
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,51	0,06	1,58	8,87	6,34
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,47	2,80	17,16	112,99	7,83
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	10,25	3,80	15,89	140,40	0,40
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,72	4,43	15,75	119,91	30,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,78	0,28	32,01	141,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	13,66	54,61	0,00
Итого			604	23,05	11,55	104,53	619,29	45,41
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	45	13,48	8,93	11,67	183,48	0,13
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,10	2,48	16,35	93,47	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,16	0,01	9,85	41,09	0,96
Итого			225	15,74	11,42	37,87	318,04	1,09
Всего				51,23	39,68	223,94	1 460,37	48,46

медсестра