



Утверждаю

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

# МЕНЮ

6 ноября 2025 г.

## Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	6,35	5,23	24,68	169,38	0,70
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,65	0,26	30,38	134,48	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,51	0,09	41,17	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,09	18,59	103,55	0,45
Итого			417	11,83	12,09	73,74	448,58	1,15
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,51	0,11	10,45	44,49	0,85
Итого			100	0,51	0,11	10,45	44,49	0,85
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	65	1,07	6,73	4,93	84,61	18,65
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,85	9,32	19,14	172,89	5,55
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	20,95	7,99	39,08	332,05	13,34
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,23	0,43	48,63	215,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,23	0,30	14,26	68,61	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,45	0,18	19,81	91,25	60,16
Итого			739	31,78	24,95	145,85	964,66	97,70
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,23	10,24	28,23	245,03	0,07
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,18	0,01	13,85	57,18	0,99
Итого			330	10,41	10,25	42,08	302,21	1,06
Всего				54,53	47,40	272,12	1 759,94	100,76

медсестра \_\_\_\_\_



Утверждаю

заведующий  
Ванюнина Е.А./

# МЕНЮ

6 ноября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,72	4,73	22,14	152,33	0,63
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,11	0,21	24,28	107,51	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,51	0,09	41,17	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,31	1,74	15,40	85,94	0,37
Итого			360	10,20	11,19	61,91	386,95	1,00
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,51	0,11	10,45	44,49	0,85
Итого			100	0,51	0,11	10,45	44,49	0,85
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,80	5,07	3,71	63,71	14,05
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2,07	6,85	13,83	125,94	4,00
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	105	12,88	4,92	23,96	203,68	8,21
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,17	0,32	36,42	161,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,49	0,20	9,52	45,80	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0,16	16,42	75,62	50,00
Итого			537	20,79	17,52	103,86	676,00	76,26
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120	8,20	8,24	22,54	196,20	0,06
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,18	0,01	11,49	47,49	0,82
Итого			270	8,38	8,25	34,03	243,69	0,88
Всего				39,88	37,07	210,25	1 351,13	78,99

медсестра 

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112288

Владелец Ванюнина Елена Анатольевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027