

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

/Ванюнина Е.А./

# МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Ясли



Сборник рецептур	№ 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,64	6,05	18,78	151,18	0,68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,77	0,17	20,29	89,81	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,11	7,71	0,15	70,41	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,85	2,38	0,00	28,43	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,47	1,88	13,08	78,52	0,40
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>11,84</b>	<b>18,19</b>	<b>52,30</b>	<b>418,35</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	67	1,00	0,33	14,00	64,00	6,67
<b>Итого</b>			<b>67</b>	<b>1,00</b>	<b>0,33</b>	<b>14,00</b>	<b>64,00</b>	<b>6,67</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,64	1,01	3,73	26,54	1,75
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,91	4,74	19,72	145,59	4,94
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	16,23	15,43	12,11	251,76	0,67
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,16	2,08	14,73	87,04	8,52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,65	0,26	30,47	134,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,22	0,16	7,80	37,53	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	15,06	62,32	1,12
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>28,92</b>	<b>23,79</b>	<b>103,62</b>	<b>745,64</b>	<b>17,00</b>
<b>Полдник</b>								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	8,29	1,49	4,41	65,61	1,54
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,11	2,07	13,79	88,04	26,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,22	0,16	7,80	37,53	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,38	0,01	31,96	131,39	1,96
<b>Итого</b>			<b>348</b>	<b>13,00</b>	<b>3,73</b>	<b>57,96</b>	<b>322,57</b>	<b>30,30</b>
<b>Всего</b>				<b>54,76</b>	<b>46,04</b>	<b>227,88</b>	<b>1 550,56</b>	<b>55,07</b>

медсестра \_\_\_\_\_