



МЕНЮ

1 апреля 2026 г.

Ясли

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	4,92	4,52	20,38	140,82	0,65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,82	0,18	20,93	92,66	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,78	0,07	34,50	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,87	2,18	12,38	80,78	0,50
Итого			357	9,66	10,66	53,76	348,76	1,15
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	46	0,18	0,18	4,49	21,53	4,58
Итого			46	0,18	0,18	4,49	21,53	4,58
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,41	1,98	3,47	34,06	1,25
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	3,41	2,20	22,87	125,29	5,00
2012	290	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	13,21	8,74	0,63	170,39	0,06
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	125	2,69	6,37	20,39	150,18	9,55
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,74	0,27	31,43	139,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,29	0,17	8,23	39,59	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	14,51	60,11	1,10
Итого			607	23,86	19,84	101,53	718,74	16,96
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	85	12,82	8,97	16,51	200,09	0,13
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	26	1,81	2,13	14,07	80,44	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,12	0,00	13,97	56,27	0,02
Итого			261	14,75	11,10	44,55	336,80	0,15
Всего				48,45	41,78	204,33	1 425,83	22,84

медсестра _____

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./



МЕНЮ

1 апреля 2026 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 РИСОВЫЙ	200	5,46	5,01	22,61	156,31	0,72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,28	0,23	26,19	115,93	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,78	0,07	34,50	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,37	2,67	14,65	97,02	0,59
Итого			412	11,16	11,69	63,52	403,76	1,31
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	46	0,18	0,18	4,48	21,50	4,58
Итого			46	0,18	0,18	4,48	21,50	4,58
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,54	2,56	4,62	44,67	1,65
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,80	2,44	25,48	139,34	5,56
2012	290	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	17,63	11,54	0,85	226,41	0,08
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	155	3,38	7,94	25,48	187,31	11,95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,65	0,37	41,89	185,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,93	0,26	12,36	59,46	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	20,92	86,16	1,32
Итого			743	31,06	25,24	131,60	928,81	20,56
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110	16,66	11,67	21,25	259,41	0,16
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	26	1,81	2,13	14,07	80,44	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	13,98	56,36	0,02
Итого			316	18,58	13,80	49,30	396,21	0,18
Всего				60,98	50,91	248,90	1 750,28	26,63

медсестра _____