

Утверждаю

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



МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	6,53	5,17	21,53	157,49	0,77
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	52	4,62	4,49	33,03	198,71	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,44	0,07	31,37	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,88	2,30	16,88	99,06	0,51
Итого			437	14,08	15,40	71,51	486,63	1,28
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	70	1,31	0,44	18,27	83,53	8,70
Итого			70	1,31	0,44	18,27	83,53	8,70
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,22	0,03	0,47	3,57	1,37
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	2,65	3,82	22,55	135,40	7,01
2012	282	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ	80	17,25	8,87	18,73	268,83	0,34
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,91	3,77	31,19	178,47	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,28	0,33	37,69	166,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,02	0,27	12,92	62,16	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,22	0,22	28,07	116,69	2,34
Итого			707	30,55	17,31	151,62	931,97	11,06
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	100	16,22	23,45	1,67	281,29	0,18
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,39	8,25	8,86	115,77	4,38
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,02	0,27	12,92	62,16	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,91	0,18	18,41	78,38	1,50
Итого			390	20,54	32,15	41,86	537,60	6,06
Всего				66,48	65,30	283,26	2 039,73	27,10

медсестра



Утверждаю

заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

/Ванюнина Е.А./



МЕНЮ

7 апреля 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		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	5,88	4,64	19,31	141,36	0,69
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	31	2,76	2,69	19,81	119,15	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,44	0,07	31,37	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,42	1,92	14,05	82,55	0,43
Итого			366	11,11	12,69	53,24	374,43	1,12
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	70	0,46	0,46	11,17	53,57	11,40
Итого			70	0,46	0,46	11,17	53,57	11,40
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,22	0,03	0,47	3,57	1,37
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	150	1,92	2,96	16,61	100,87	5,23
2012	282	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ	60	12,95	6,64	14,06	201,84	0,26
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	2,98	2,30	18,93	108,30	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	0,24	28,26	125,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,61	41,42	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,19	0,19	19,61	82,08	1,95
Итого			567	22,06	12,54	106,55	663,15	8,81
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	85	15,75	19,02	1,63	239,31	0,18
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,05	6,25	6,62	87,42	3,29
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,22	10,76	51,78	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,76	0,16	15,34	65,29	1,25
Итого			320	19,24	25,65	34,35	443,80	4,72
Всего				52,87	51,34	205,31	1 534,95	26,05

медсестра _____



Утверждаю

заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

/Ванюнина Е.А./



МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	5,88	4,64	19,31	141,36	0,69
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	31	2,76	2,69	19,81	119,15	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,44	0,07	31,37	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,42	1,92	14,05	82,55	0,43
Итого			366	11,11	12,69	53,24	374,43	1,12
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	70	0,46	0,46	11,17	53,57	11,40
Итого			70	0,46	0,46	11,17	53,57	11,40
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,22	0,03	0,47	3,57	1,37
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	150	1,92	2,96	16,61	100,87	5,23
2012	282	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ	60	12,95	6,64	14,06	201,84	0,26
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	2,98	2,30	18,93	108,30	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	0,24	28,26	125,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,61	41,42	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,19	0,19	19,61	82,08	1,95
Итого			567	22,06	12,54	106,55	663,15	8,81
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	85	15,75	19,02	1,63	239,31	0,18
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,05	6,25	6,62	87,42	3,29
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,22	10,76	51,78	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,76	0,16	15,34	65,29	1,25
Итого			320	19,24	25,65	34,35	443,80	4,72
Всего				52,87	51,34	205,31	1 534,95	26,05

медсестра _____

