



МЕНЮ

27 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	7,07	5,06	27,15	180,25	0,73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,77	0,17	20,29	89,81	0,00
		ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	20	0,08	0,00	12,80	51,53	0,04
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,17	0,00	9,18	38,13	0,74
Итого			371	9,09	5,23	69,42	359,72	1,51
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	49	0,20	0,20	4,85	23,24	4,94
Итого			49	0,20	0,20	4,85	23,24	4,94
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	39	0,43	0,00	0,94	5,50	3,93
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2,27	5,52	15,92	122,94	4,89
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60/60	13,33	9,62	15,42	235,51	1,34
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	90	4,53	3,57	20,43	131,77	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,65	0,26	30,47	134,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,14	0,15	7,29	35,08	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	15,40	63,84	1,19
Итого			628	24,47	19,24	105,87	729,50	11,35
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,51	9,82	1,25	123,15	0,10
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	46	0,45	3,14	3,14	43,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,71	0,23	10,94	52,62	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,75	0,15	15,03	63,98	1,23
Итого			307	10,42	13,34	30,36	283,24	1,33
Всего				44,18	38,01	210,50	1 395,70	19,13

медсестра _____



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

МЕНЮ

27 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	7,85	5,69	30,12	200,77	0,82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,21	0,22	25,39	112,43	0,00
		ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	20	0,08	0,00	12,80	51,53	0,04
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,01	10,90	45,17	0,89
Итого			427	10,30	5,92	79,21	409,90	1,75
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	49	0,20	0,20	4,84	23,22	4,94
Итого			49	0,20	0,20	4,84	23,22	4,94
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	30	0,43	0,00	0,94	5,50	3,93
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,60	6,15	18,08	138,79	5,49
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80/80	17,75	12,84	20,48	313,59	1,81
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	100	5,44	4,28	24,52	158,12	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,54	0,36	40,63	179,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,71	0,23	10,94	52,62	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	22,31	91,83	1,42
Итого			739	31,61	24,00	137,90	940,34	12,65
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	11,03	13,84	1,69	175,19	0,12
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	62	0,60	4,18	4,18	57,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,71	0,23	10,94	52,62	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	184	0,89	0,17	18,03	76,77	1,47
Итого			382	14,23	18,42	34,84	362,53	1,59
Всего				56,34	48,54	256,79	1 735,99	20,93

медсестра _____