

Утверждаю



заведующий  
"Ласточка"  
Ванюнина Е.А./

# МЕНЮ

6 мая 2026 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	6,28	5,64	24,05	171,07	0,64
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,97	0,19	22,64	100,23	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,09	6,67	0,13	60,90	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,36	1,77	12,95	76,55	0,38
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>10,70</b>	<b>14,27</b>	<b>59,77</b>	<b>408,75</b>	<b>1,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	72	0,29	0,29	7,10	34,05	7,25
<b>Итого</b>			<b>72</b>	<b>0,29</b>	<b>0,29</b>	<b>7,10</b>	<b>34,05</b>	<b>7,25</b>
<b>Обед</b>								
2012	19	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	45	0,50	1,67	1,33	23,53	1,29
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	185	4,79	3,02	9,97	87,04	6,65
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	12,64	11,70	13,41	209,09	0,07
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	135	3,42	3,87	16,01	114,15	26,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,96	0,30	33,96	150,35	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,56	0,21	9,98	48,00	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	15,22	63,19	1,24
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>25,99</b>	<b>20,89</b>	<b>99,88</b>	<b>695,35</b>	<b>36,08</b>
<b>Полдник</b>								
		КЕКС С ИЗЮМОМ	70	4,52	12,43	37,85	271,16	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	150	4,32	3,86	6,96	87,18	1,08
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>8,84</b>	<b>16,29</b>	<b>44,81</b>	<b>358,34</b>	<b>1,08</b>
<b>Всего</b>				<b>45,82</b>	<b>51,74</b>	<b>211,56</b>	<b>1 496,49</b>	<b>45,43</b>

медсестра

Утверждаю



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

# МЕНЮ

6 мая 2026 г.

## Сад

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	210	6,99	6,23	26,75	189,98	0,71
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	0,25	28,30	125,31	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,09	6,67	0,13	60,90	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,82	2,12	15,52	91,83	0,46
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>12,36</b>	<b>15,27</b>	<b>70,70</b>	<b>468,02</b>	<b>1,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	73	0,29	0,29	7,11	34,08	7,25
<b>Итого</b>			<b>73</b>	<b>0,29</b>	<b>0,29</b>	<b>7,11</b>	<b>34,08</b>	<b>7,25</b>
<b>Обед</b>								
2012	19	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,65	2,23	1,77	31,39	1,73
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	200	4,79	3,02	9,97	87,04	6,66
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	80	16,81	15,59	17,76	278,05	0,09
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,95	4,46	18,45	131,56	30,95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,94	0,40	45,30	200,53	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,34	0,31	14,96	71,98	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	22,00	90,80	1,49
<b>Итого</b>			<b>757</b>	<b>32,63</b>	<b>26,16</b>	<b>130,21</b>	<b>891,35</b>	<b>40,92</b>
<b>Полдник</b>								
		КЕКС С ИЗЮМОМ	70	6,32	17,39	52,96	379,40	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	180	5,18	4,63	8,35	104,60	1,30
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,50</b>	<b>22,02</b>	<b>61,31</b>	<b>484,00</b>	<b>1,30</b>
<b>Всего</b>				<b>56,78</b>	<b>63,74</b>	<b>269,33</b>	<b>1 877,45</b>	<b>50,64</b>

медсестра \_\_\_\_\_