

Утверждаю

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



МЕНЮ
14 мая 2026 г.

Ясли

Сбор- никре- еп-тур	№техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая енность,к кал	Вита- минС, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	9,33	4,69	9,06	117,13	0,44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,78	0,17	20,39	90,27	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,17	0,08	38,07	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	2,10	2,70	0,00	32,29	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,36	1,79	16,15	89,60	0,38
Итого			241	15,63	13,52	45,68	367,36	0,85
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	71	1,07	0,36	14,96	68,40	7,13
Итого			71	1,07	0,36	14,96	68,40	7,13
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,33	0,04	0,70	5,36	2,06
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	180	3,61	8,09	16,03	152,52	6,81
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	20,83	22,86	25,51	390,69	1,22
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,67	0,27	30,64	135,67	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,42	0,19	9,09	43,72	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,36	0,15	16,83	76,76	47,30
Итого			593	29,22	31,60	98,80	804,72	57,39
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,90	6,50	56,07	313,94	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,32	3,59	6,47	74,31	0,77
Итого			218	12,22	10,09	62,54	388,25	0,77
Всего				58,14	55,57	221,98	1 628,73	66,14

медсестра _____

МЕНЮ

14 мая 2026 г.

Сад



Утверждаю

заведующий

Ванюнина Е.А./

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	12,46	6,20	11,98	155,24	0,58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,22	0,22	25,52	112,97	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,17	0,08	38,07	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	2,10	2,70	0,00	32,32	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,15	19,46	107,93	0,46
Итого			307	19,69	15,44	57,04	446,53	1,07
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	71	1,07	0,36	14,96	68,40	7,13
Итого			71	1,07	0,36	14,96	68,40	7,13
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,33	0,04	0,70	5,36	2,06
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	4,25	8,96	18,68	173,73	8,04
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	25,72	28,04	31,77	481,99	1,89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,56	0,36	40,86	180,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,13	0,28	13,62	65,55	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,43	0,17	20,29	92,54	56,93
Итого			705	36,42	37,85	125,92	1 000,04	68,92
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,90	6,55	56,02	314,13	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	178	5,18	4,32	7,76	89,20	0,92
Итого			248	13,08	10,87	63,78	403,33	0,92
Всего				70,26	64,52	261,70	1 918,30	78,04

медсестра _____