

Утверждаю

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



# МЕНЮ

15 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>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,92	7,23	34,78	232,04	0,46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,10	0,21	24,04	106,43	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	2,42	0,05	22,06	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,25	1,85	15,91	88,69	0,40
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>11,30</b>	<b>11,71</b>	<b>74,78</b>	<b>449,22</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	4,35	3,88	7,01	87,78	1,09
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>4,35</b>	<b>3,88</b>	<b>7,01</b>	<b>87,78</b>	<b>1,09</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,34	0,04	0,72	5,51	2,12
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	2,24	7,14	12,51	124,21	10,35
2012	290	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	12,16	6,85	0,63	146,00	0,06
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,39	2,61	16,04	97,23	7,81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,14	0,32	36,06	159,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,59	41,34	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,75	0,15	15,03	63,98	1,23
<b>Итого</b>			<b>593</b>	<b>22,36</b>	<b>17,29</b>	<b>89,58</b>	<b>637,90</b>	<b>21,57</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	6,20	8,77	1,17	108,07	0,09
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,40	2,33	2,79	37,67	1,98
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3	0,12	0,00	10,80	44,14	0,48
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>7,72</b>	<b>11,10</b>	<b>14,76</b>	<b>189,88</b>	<b>2,55</b>
<b>Всего</b>				<b>45,73</b>	<b>43,98</b>	<b>186,13</b>	<b>1 364,78</b>	<b>26,07</b>

медсестра

Утверждаю

заведующий

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



# МЕНЮ

15 мая 2026 г.

## Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,92	7,23	34,78	232,04	0,46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,62	0,26	30,07	133,12	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	2,42	0,05	22,06	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,69	2,22	19,10	106,47	0,48
			417	12,26	12,13	84,00	493,69	0,94
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	4,35	3,88	7,01	87,78	1,09
			100	4,35	3,88	7,01	87,78	1,09
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,34	0,04	0,72	5,50	2,12
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,55	7,91	14,26	139,53	11,56
2012	290	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	16,35	9,21	0,84	195,98	0,08
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,82	3,10	18,95	114,91	9,23
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,19	0,42	48,11	212,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,01	0,27	12,88	61,96	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,89	0,17	18,03	76,77	1,47
			705	29,15	21,12	113,79	807,64	24,46
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,08	11,50	1,53	141,58	0,12
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,86	3,11	3,73	50,31	2,64
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/70	0,15	0,01	15,41	63,27	0,94
			400	10,09	14,62	20,67	255,16	3,70
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>				<b>55,85</b>	<b>51,75</b>	<b>225,47</b>	<b>1 644,27</b>	<b>30,19</b>

медсестра \_\_\_\_\_