

Утверждаю

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



# МЕНЮ

19 мая 2026 г.

## Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	6,19	5,09	20,53	151,54	0,73
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	44	3,89	3,78	27,88	167,75	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,76	0,07	34,34	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,72	2,18	16,16	94,43	0,49
			429	12,85	14,81	64,64	448,06	1,22
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	54	0,22	0,22	5,32	25,50	5,43
			54	0,22	0,22	5,32	25,50	5,43
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,53	7,26	9,19	108,95	4,52
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	2,92	4,44	23,94	147,86	8,20
2012	282	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ	80	16,26	8,68	25,65	286,23	0,54
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,74	4,04	30,11	175,95	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,95	0,49	56,89	251,82	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,70	0,23	10,86	52,24	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,16	25,33	104,23	1,56
			736	32,26	25,30	181,97	1 127,28	14,82
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	100	16,07	25,20	1,81	296,89	0,19
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	61	0,59	4,16	4,16	57,67	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,70	0,23	10,86	52,24	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,99	0,19	19,98	85,09	1,63
			367	19,35	29,78	36,81	491,89	1,82
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>				64,68	70,11	288,74	2 092,73	23,29

медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

заведующий

МЕДОУЧДС №23 "Ласточка"

(Ванюнина Е.А.)

# МЕНЮ

19 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	5,58	4,58	18,39	136,08	0,65
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	26	2,34	2,27	16,72	100,63	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,76	0,07	34,34	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,30	1,81	13,50	78,94	0,41
		<b>Итого</b>	<b>361</b>	<b>10,27</b>	<b>12,42</b>	<b>48,68</b>	<b>349,99</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	54	0,22	0,22	5,31	25,49	5,42
		<b>Итого</b>	<b>54</b>	<b>0,22</b>	<b>0,22</b>	<b>5,31</b>	<b>25,49</b>	<b>5,42</b>
<b>Обед</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	45	1,01	4,80	6,14	72,29	3,01
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	150	2,12	3,33	17,69	109,70	6,11
2012	282	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ	60	12,20	6,54	19,23	214,93	0,42
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	2,86	2,45	18,21	106,35	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,72	0,37	42,63	188,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,13	0,15	7,23	34,80	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	17,49	72,41	1,30
		<b>Итого</b>	<b>572</b>	<b>23,17</b>	<b>17,77</b>	<b>128,62</b>	<b>799,20</b>	<b>10,84</b>
<b>Полдник</b>								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	85	13,21	16,69	1,48	207,84	0,18
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	41	0,40	2,77	2,77	38,43	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,41	0,19	9,03	43,47	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,82	0,16	16,65	70,91	1,36
		<b>Итого</b>	<b>297</b>	<b>15,84</b>	<b>19,81</b>	<b>29,93</b>	<b>360,65</b>	<b>1,54</b>
<b>Всего</b>				<b>49,50</b>	<b>50,22</b>	<b>212,54</b>	<b>1 535,33</b>	<b>18,86</b>

медсестра \_\_\_\_\_