



МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,84	5,81	20,75	157,77	0,65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,73	0,17	19,85	87,84	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,10	7,18	0,14	65,58	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,35	1,80	12,45	74,80	0,39
Итого			366	10,02	14,96	53,19	385,99	1,04
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	72	0,29	0,29	7,03	33,70	7,17
Итого			72	0,29	0,29	7,03	33,70	7,17
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,46	2,64	1,43	32,27	1,22
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	200	5,16	3,26	10,72	93,78	6,76
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	65	10,31	9,46	11,83	173,46	0,07
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,26	6,04	15,42	130,82	25,57
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,59	0,26	29,77	131,76	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	14,73	61,23	1,23
Итого			650	23,46	21,99	93,88	671,32	34,85
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1,08	6,90	12,50	114,27	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	150	4,20	3,75	6,77	84,77	1,05
Итого			170	5,28	10,65	19,27	199,04	1,05
Всего				39,05	47,89	173,37	1 290,05	44,11

медсестра _____

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	210	6,50	6,42	23,13	175,33	0,72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,16	0,21	24,81	109,86	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,10	7,18	0,14	65,58	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,81	2,16	14,94	89,83	0,46
Итого			421	11,57	15,97	63,02	440,60	1,18
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	72	0,29	0,29	7,03	33,70	7,17
Итого			72	0,29	0,29	7,03	33,70	7,17
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	65	0,61	3,55	1,91	43,34	1,63
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	200	5,16	3,26	10,72	93,78	6,76
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,72	12,62	15,68	230,70	0,09
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,98	7,01	18,53	155,35	30,19
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,45	0,35	39,70	175,73	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	21,28	87,88	1,48
Итого			752	29,41	27,25	122,78	858,76	40,15
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1,08	6,90	12,50	114,27	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			200	6,12	11,40	20,62	215,99	1,26
Всего				47,39	54,91	213,45	1 549,05	49,76

медсестра _____