



МЕНЮ

27 мая 2026 г.

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	6,13	6,49	28,05	193,96	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,21	0,22	25,38	112,39	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,10	6,94	0,13	63,36	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,50	2,78	15,24	100,94	0,62
Итого			417	11,94	16,43	68,80	470,65	1,38
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	67	1,01	0,34	14,16	64,72	6,74
Итого			67	1,01	0,34	14,16	64,72	6,74
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,67	3,50	5,50	57,33	1,94
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	200	5,28	3,17	10,88	94,34	6,90
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	24,15	26,18	22,74	422,44	0,97
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	130	2,87	9,01	20,84	176,40	9,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,53	0,36	40,61	179,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,40	0,32	15,38	74,01	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	24,78	101,87	1,46
Итого			729	39,05	42,69	140,73	1 106,18	20,75
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,45	3,86	24,49	136,40	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
Итого			210	7,85	5,66	32,05	208,40	0,90
Всего				59,85	65,12	255,74	1 849,95	29,77

медсестра _____

Утверждаю

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



МЕНЮ

27 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,52	5,82	25,22	174,27	0,68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,77	0,17	20,33	90,03	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,10	6,94	0,13	63,36	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,99	2,27	12,88	84,05	0,52
Итого			356	10,38	15,20	58,56	411,71	1,20
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	67	1,01	0,34	14,16	64,72	6,74
Итого			67	1,01	0,34	14,16	64,72	6,74
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,45	2,34	3,66	38,31	1,30
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	185	4,77	2,84	9,80	84,75	6,22
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	18,08	19,55	17,03	315,74	0,72
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	105	2,38	7,51	17,36	147,05	7,90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,65	0,26	30,48	134,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,60	0,21	10,26	49,38	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,09	70,65	1,21
Итого			601	30,05	32,83	105,68	840,80	17,35
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,45	3,86	24,49	136,40	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Итого			180	6,95	5,36	30,79	196,40	0,75
Всего				48,39	53,73	209,19	1 513,63	26,04

медсестра _____



МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	6,13	6,49	28,05	193,96	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,21	0,22	25,38	112,39	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,10	6,94	0,13	63,36	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,50	2,78	15,24	100,94	0,62
Итого			417	11,94	16,43	68,80	470,65	1,38
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	67	1,01	0,34	14,16	64,72	6,74
Итого			67	1,01	0,34	14,16	64,72	6,74
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,67	3,50	5,50	57,33	1,94
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	200	5,28	3,17	10,88	94,34	6,90
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	24,15	26,18	22,74	422,44	0,97
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	130	2,87	9,01	20,84	176,40	9,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,53	0,36	40,61	179,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,40	0,32	15,38	74,01	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	24,78	101,87	1,46
Итого			729	39,05	42,69	140,73	1 106,18	20,75
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,45	3,86	24,49	136,40	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
Итого			210	7,85	5,66	32,05	208,40	0,90
Всего				59,85	65,12	255,74	1 849,95	29,77

медсестра _____