

Утверждаю



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

МЕНЮ

28 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		
Завтрак								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	9,47	5,49	10,33	130,02	0,44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,13	0,21	24,47	108,32	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	5,17	0,10	47,21	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	2,60	3,34	0,00	39,90	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,35	1,79	16,11	89,38	0,38
Итого			246	16,62	16,00	51,01	414,83	0,85
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	98	0,39	0,39	9,60	46,06	9,80
Итого			98	0,39	0,39	9,60	46,06	9,80
Обед								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0,48	3,32	3,32	45,97	0,00
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	180	3,72	8,03	17,17	156,89	6,14
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	145	13,47	16,31	25,95	304,34	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,20	0,32	36,72	162,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,42	0,19	9,11	43,85	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,36	0,15	16,80	76,64	47,30
Итого			580	22,65	28,32	109,07	790,28	54,20
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,82	6,93	55,41	314,95	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,30	3,58	6,44	74,05	0,77
Итого			218	12,12	10,51	61,85	389,00	0,77
Всего				51,78	55,22	231,53	1 640,17	65,62

медсестра

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

28 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		
Завтрак								
		ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	12,65	7,29	13,73	172,95	0,58
2012	269	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,67	0,27	30,60	135,49	0,00
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	5,17	0,10	47,21	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	2,60	3,34	0,00	39,92	0,03
2012		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,84	2,14	19,36	107,41	0,46
2012	395		302	20,83	18,21	63,79	502,98	1,07
Итого								
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	98	0,39	0,39	9,60	46,06	9,80
			98	0,39	0,39	9,60	46,06	9,80
Итого								
Обед								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	65	0,63	4,42	4,42	61,27	0,00
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	4,40	8,93	19,96	179,28	7,33
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	16,70	20,00	32,32	376,13	1,33
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,26	0,43	48,95	216,70	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,14	0,28	13,69	65,87	0,00
2008		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,43	0,17	20,18	92,05	56,62
2012	398		687	28,56	34,23	139,52	991,30	65,28
Итого								
Полдник								
		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,82	6,76	55,40	313,41	0,00
2008	464	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	177	5,15	4,30	7,73	88,84	0,92
2012	400		247	12,97	11,06	63,13	402,25	0,92
Итого								
Всего				62,75	63,89	276,04	1 942,59	77,07

медсестра