

МЕНЮ

3 июня 2026 г.

Сад



Утверждаю
заведующий
МБОУ ДОМОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 23 «ЛАСТОЧКА»
Ванюнина Е.А./

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	220	7,21	6,06	27,22	191,29	0,75
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,25	0,22	25,91	114,70	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,08	5,79	0,11	52,84	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,97	2,24	16,10	95,75	0,48
Итого			432	12,51	14,31	69,34	454,58	1,23
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,53	0,11	10,74	45,71	0,88
Итого			100	0,53	0,11	10,74	45,71	0,88
Обед								
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	60	1,70	4,45	10,92	91,28	6,45
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	220	5,63	3,36	14,39	111,45	9,01
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	16,84	15,70	16,36	273,59	0,10
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	115	6,42	5,15	28,94	187,48	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,61	0,36	41,47	183,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,36	0,31	15,11	72,70	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	22,66	93,45	1,50
Итого			714	36,71	29,48	149,85	1 013,50	17,06
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	10,90	44,86	0,68
Итого			255	0,14	0,00	10,90	44,86	0,68
Всего				49,89	43,90	240,83	1 558,65	19,85

медсестра _____

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 июня 2026 г.

Ясли

Сборник рецептов	№ 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	200	6,49	5,48	24,42	171,97	0,67
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,80	0,18	20,71	91,67	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,45	0,07	31,54	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,48	1,87	13,40	79,65	0,40
Итого			377	10,82	10,98	58,60	374,83	1,07
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,53	0,11	10,74	45,71	0,88
Итого			100	0,53	0,11	10,74	45,71	0,88
Обед								
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	45	1,30	3,35	8,25	68,94	4,84
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	185	4,06	2,44	10,36	80,32	6,48
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	12,65	11,79	12,33	205,57	0,07
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	90	4,94	3,97	22,23	144,22	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,71	0,27	31,09	137,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,57	0,21	10,07	48,47	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	18,87	77,82	1,26
Итого			587	27,36	22,16	113,20	762,96	12,65
Полдник								
		кондитерские изделия	75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,37	0,01	32,75	134,58	2,04
Итого			225	0,37	0,01	32,75	134,58	2,04
Всего				39,08	33,26	215,29	1 318,08	16,64

медсестра _____