

МЕНЮ

9 июня 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	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	180	7,52	8,17	25,67	205,00	0,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,07	0,20	23,79	105,33	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,45	0,07	31,47	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,26	1,84	13,05	77,17	0,41
Итого			360	11,90	13,66	62,58	418,97	1,24
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	106	0,42	0,42	10,37	49,72	10,58
Итого			106	0,42	0,42	10,37	49,72	10,58
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,48	0,09	1,66	10,46	10,90
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	180	3,62	5,45	16,74	131,94	7,41
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	19,49	23,98	4,93	312,70	0,84
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	5,12	4,15	23,26	150,91	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	3,10	0,31	35,69	157,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,41	0,19	9,03	43,43	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,06	0,06	22,67	91,93	0,64
Итого			568	33,28	34,23	113,98	899,36	19,79
Полдник								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,33	5,21	1,02	52,23	4,07
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120	8,59	8,33	25,78	211,57	0,06
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,11	0,28	13,54	65,13	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	9,89	40,75	0,79
Итого			347	11,13	13,82	50,23	369,68	4,92
Всего				56,73	62,13	237,16	1 737,73	36,53

медсестра _____

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

9 июня 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								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛОСОМ	200	8,35	9,08	28,53	227,85	0,92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,59	0,26	29,71	131,54	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,45	0,07	31,47	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,72	2,21	15,74	92,87	0,48
Итого			416	13,71	15,00	74,05	483,73	1,40
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	106	0,42	0,42	10,37	49,72	10,58
Итого			106	0,42	0,42	10,37	49,72	10,58
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,48	0,09	1,66	10,46	10,90
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	5,07	7,63	23,23	183,77	10,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	26,01	31,93	6,60	416,94	1,12
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,14	0,42	47,54	210,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,11	0,28	13,54	65,13	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,09	0,08	27,28	110,58	0,76
Итого			732	44,16	45,51	148,29	1 181,88	23,08
Полдник								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	6,86	1,36	68,90	5,42
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,73	10,41	32,11	264,17	0,07
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,11	0,28	13,54	65,13	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,01	11,93	49,16	0,95
Итого			422	13,39	17,56	58,94	447,36	6,44
Всего				71,68	78,49	291,65	2 162,69	41,50

медсестра _____