



Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

Иванюнина Е.А./

МЕНЮ

30 июля 2026 г.

Ясли

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 МАННЫЙ	180	5,78	5,17	21,40	153,64	0,68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,86	0,18	21,39	94,67	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	3,55	4,56	0,00	54,54	0,11
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	5,12	0,10	46,77	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,47	1,89	18,07	98,59	0,40
Итого			362	13,73	16,92	60,96	448,21	1,19
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,56	0,12	11,40	48,50	0,93
Итого			100	0,56	0,12	11,40	48,50	0,93
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,62	7,00	2,01	73,48	12,48
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	180	6,89	2,41	1,53	56,75	2,13
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	19,67	20,10	19,06	335,21	0,78
2012	168	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	110	5,56	4,49	32,58	192,76	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,78	0,28	32,04	141,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,36	0,18	8,69	41,81	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,34	0,14	18,39	82,50	44,74
Итого			600	37,22	34,60	114,30	924,33	60,13
Полдник								
		кондитерские изделия	40	3,61	3,51	25,81	155,32	0,00
2008		йогурт	150	5,86	5,23	9,44	118,27	1,47
Итого			190	9,47	8,74	35,25	273,59	1,47
Всего				60,98	60,38	221,91	1 694,63	63,72

медсестра



МЕНЮ

30 июля 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 МАННЫЙ	200	6,42	5,74	23,78	170,53	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,33	0,23	26,71	118,25	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	3,54	4,54	0,00	54,29	0,11
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	5,12	0,10	46,77	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,97	2,27	21,72	118,46	0,49
Итого			420	15,33	17,90	72,31	508,30	1,36
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,56	0,12	11,40	48,50	0,93
Итого			100	0,56	0,12	11,40	48,50	0,93
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,83	9,34	2,68	98,03	16,65
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	250	8,63	3,01	1,89	71,04	2,64
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	26,22	26,92	25,51	448,33	1,04
2012	168	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	130	6,57	5,23	38,50	227,13	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,72	0,38	42,75	189,23	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,04	0,27	13,05	62,77	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,40	0,16	22,07	99,01	53,65
Итого			776	48,41	45,31	146,45	1 195,54	73,98
Полдник								
		кондитерские изделия	40	3,61	3,51	25,81	155,32	0,00
2008		йогурт	180	5,86	5,23	9,44	118,27	1,47
Итого			220	9,47	8,74	35,25	273,59	1,47
Всего				73,77	72,07	265,41	2 025,93	77,74

медсестра _____