



Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

/Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

7 августа 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 ГРЕЧНЕВЫЙ	180	6,67	6,04	20,46	161,66	0,68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,11	0,21	24,33	107,69	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,08	5,44	0,11	49,65	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,78	1,90	16,06	91,81	0,51
Итого			361	11,64	13,59	60,96	410,81	1,19
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,54	0,11	10,87	46,30	0,89
Итого			100	0,54	0,11	10,87	46,30	0,89
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	1,10	12,32	3,54	129,31	21,96
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	3,79	4,70	20,23	140,57	17,41
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	16,04	7,84	17,76	249,14	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	6,03	3,87	38,36	212,50	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,20	0,32	36,72	162,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,49	0,20	9,54	45,89	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	23,75	97,26	1,23
Итого			617	31,77	29,37	149,90	1 037,26	40,60
Полдник								
2008	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	19,49	14,42	31,74	337,52	0,19
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	21	1,46	1,74	11,41	65,18	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,56	3,79	6,83	78,48	0,81
Итого			271	25,51	19,95	49,98	481,18	1,00
Всего				69,46	63,02	271,71	1 975,55	43,68

медсестра



МЕНЮ

7 августа 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 ГРЕЧНЕВЫЙ	200	7,36	6,47	22,52	176,43	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,65	0,26	30,42	134,65	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,08	5,44	0,11	49,65	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,99	2,28	18,48	105,67	0,54
Итого			417	13,08	14,45	71,53	466,40	1,30
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,54	0,11	10,87	46,30	0,89
Итого			100	0,54	0,11	10,87	46,30	0,89
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	1,47	16,50	4,74	173,14	29,40
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	4,21	5,39	22,41	157,35	19,31
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	21,28	10,62	23,51	332,25	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	7,55	4,54	48,10	263,70	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,24	0,43	48,68	215,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,25	0,30	14,40	69,29	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	28,49	116,71	1,48
Итого			749	41,15	37,93	190,33	1 327,94	50,19
Полдник								
2008	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	23,39	17,18	37,92	403,51	0,24
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	21	1,46	1,74	11,41	65,18	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,47	4,56	8,21	94,32	0,98
Итого			321	30,32	23,48	57,54	563,01	1,22
Всего				85,09	75,97	330,27	2 403,65	53,60

медсестра