



МЕНЮ

14 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 ПШЕНИЧНЫЙ	180	6,69	9,00	22,08	194,62	0,82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,79	0,18	20,63	91,33	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	2,36	0,05	21,52	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	3,84	4,93	0,00	58,96	0,05
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,46	1,89	17,12	94,74	0,44
Итого			362	14,81	18,36	59,88	461,17	1,31
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	96	0,38	0,38	9,36	44,89	9,55
Итого			96	0,38	0,38	9,36	44,89	9,55
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,62	6,70	1,95	70,47	7,79
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	4,32	5,56	23,63	163,12	14,72
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	12,37	3,13	4,69	98,48	0,51
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,69	0,27	30,88	136,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,18	8,85	42,58	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	26,93	109,85	1,15
Итого			603	27,75	21,03	125,37	805,75	24,17
Полдник								
		кондитерские изделия	43	3,77	3,68	27,02	162,62	0,00
2008		йогурт	150	4,50	4,02	7,25	90,84	1,13
Итого			193	8,27	7,70	34,27	253,46	1,13
Всего				51,21	47,47	228,88	1 565,27	36,16

медсестра



Утверждаю
заведующий
МБДОУ ДС №23 "Ласточка"
Ванюнина Е.А./

МЕНЮ
14 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 ПШЕНИЧНЫЙ	200	7,43	9,98	24,49	216,07	0,92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,24	0,22	25,72	113,90	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,89	0,08	35,51	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	3,89	4,99	0,00	59,71	0,05
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,97	2,27	20,72	114,54	0,54
Итого			417	16,58	21,35	71,01	539,73	1,51
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	96	0,38	0,38	9,36	44,90	9,55
Итого			96	0,38	0,38	9,36	44,90	9,55
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,62	6,70	1,95	70,48	7,80
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	220	5,35	6,69	29,31	200,56	17,96
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	16,49	4,18	6,33	131,44	0,68
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,58	0,36	41,11	181,98	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,07	0,28	13,27	63,85	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	32,34	131,91	1,38
Итого			744	35,65	24,35	157,91	998,22	27,82
Полдник								
		кондитерские изделия	43	3,77	3,68	27,02	162,62	0,00
2008		йогурт	180	5,40	4,82	8,70	108,98	1,35
Итого			223	9,17	8,50	35,72	271,60	1,35
Всего				61,78	54,58	274,00	1 854,45	40,23

медсестра 