



Утверждаю

заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

18 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	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	180	7,10	10,02	23,20	209,94	0,85
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,70	0,17	19,48	86,22	0,00
		ПОВИДЛО	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,37	1,87	13,12	78,16	0,42
Итого			370	11,17	12,06	55,80	374,32	1,27
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	80	2,40	0,80	33,60	153,60	16,00
Итого			80	2,40	0,80	33,60	153,60	16,00
Обед								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,31	1,74	0,97	20,70	1,60
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	180	3,41	1,93	22,74	122,19	5,72
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	13,24	18,05	2,14	223,46	0,06
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,01	3,50	13,82	100,51	23,77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,54	0,25	29,18	129,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,70	37,05	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	20,14	82,92	1,28
Итого			599	23,84	25,76	96,69	715,99	32,43
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	15,76	10,72	23,45	255,84	0,17
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	27	1,66	1,96	12,90	73,72	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	0,12	0,00	9,75	39,46	0,02
Итого			285	17,54	12,68	46,10	369,02	0,19
Всего				54,95	51,30	232,19	1 612,93	49,89

медсестра



МЕНЮ

18 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	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	200	7,90	11,06	25,86	233,13	0,94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,11	0,21	24,33	107,69	0,00
		ПОВИДЛО	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,25	15,64	93,22	0,50
Итого			426	12,81	13,52	65,83	434,04	1,44
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	80	1,20	0,40	16,80	76,78	8,00
Итого			80	1,20	0,40	16,80	76,78	8,00
Обед								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	55	0,42	2,37	1,29	28,09	2,13
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	200	3,80	2,08	25,37	135,80	6,36
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	17,91	24,34	2,91	301,87	0,09
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,46	4,10	15,89	116,34	27,43
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,40	0,34	38,96	172,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,81	0,24	11,56	55,64	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	24,16	99,46	1,53
Итого			733	30,95	33,62	120,14	909,65	37,54
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	20,51	13,98	30,56	333,58	0,22
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	27	1,66	1,96	12,90	73,72	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,10	0,00	11,60	46,78	0,02
Итого			337	22,27	15,94	55,06	454,08	0,24
Всего				67,23	63,48	257,83	1 874,55	47,22

медсестра