

Утверждаю



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

МЕНЮ
19 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	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	12,95	3,21	12,98	134,31	0,63
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,17	0,21	24,95	110,45	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	1,00	0,02	9,17	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,21	1,56	0,00	18,63	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	2,28	16,71	98,31	0,49
Итого			246	19,25	8,26	54,66	370,87	1,14
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	80	1,44	0,48	20,16	92,14	9,60
Итого			80	1,44	0,48	20,16	92,14	9,60
Обед								
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	55	0,71	1,68	4,96	38,35	3,89
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	180	8,89	1,31	12,44	98,94	7,47
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	12,71	11,68	14,84	214,79	0,09
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	95	5,41	2,23	24,52	139,55	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,26	0,33	37,42	165,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,74	0,23	11,15	53,66	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	24,06	98,53	1,23
Итого			605	32,84	17,58	129,39	809,50	12,68
Полдник								
		кондитерские изделия	27	2,35	2,28	16,78	100,96	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,76	0,16	15,36	65,39	1,26
Итого			177	3,11	2,44	32,14	166,35	1,26
Всего				56,64	28,76	236,35	1 438,86	24,68

медсестра _____



Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

19 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	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	17,25	4,19	17,41	178,95	0,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,72	0,27	31,18	137,99	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	1,67	0,03	15,21	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,42	3,10	0,00	37,10	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,49	2,74	20,12	118,18	0,59
Итого			308	25,90	11,97	68,74	487,43	1,46
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	80	1,44	0,48	20,16	92,14	9,60
Итого			80	1,44	0,48	20,16	92,14	9,60
Обед								
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	60	0,94	2,23	6,59	50,79	5,18
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	200	12,35	1,82	17,29	137,56	10,34
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	80	16,95	15,51	19,68	285,71	0,12
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	115	7,03	2,87	31,83	180,95	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,35	0,44	49,89	220,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,61	0,35	16,70	80,37	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	28,93	118,46	1,47
Итого			705	44,38	23,37	170,91	1 074,70	17,11
Полдник								
		кондитерские изделия	38	3,37	3,27	24,09	144,98	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,91	0,18	18,43	78,48	1,50
Итого			218	4,28	3,45	42,52	223,46	1,50
Всего				76,00	39,27	302,33	1 877,73	29,67

медсестра