



Утверждаю

заведующий

ДОУ ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

20 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	5,46	4,47	17,24	130,15	0,66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,72	0,17	19,69	87,18	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,47	0,07	31,68	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,14	2,52	12,45	84,60	0,48
Итого			356	10,37	10,63	49,45	333,61	1,14
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	62	0,94	0,31	13,12	59,99	6,25
Итого			62	0,94	0,31	13,12	59,99	6,25
Обед								
2012	20	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	1,64	4,52	36,47	7,40
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,55	1,91	24,70	130,52	6,20
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	19,73	20,01	32,30	388,24	1,44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,57	0,26	29,51	130,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,14	0,13	24,23	99,32	1,29
Итого			635	28,37	24,16	125,43	834,12	16,33
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,56	14,24	1,99	173,97	0,17
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	35	1,15	1,91	2,29	30,96	1,62
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,27	0,17	8,14	39,19	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,23	0,00	8,76	36,64	0,68
Итого			304	12,21	16,32	21,18	280,76	2,47
Всего				51,89	51,42	209,18	1 508,48	26,19

медсестра



МЕНЮ
20 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	6,05	4,99	19,09	144,34	0,74
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,14	0,21	24,58	108,81	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,47	0,07	31,68	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,75	3,02	15,02	101,70	0,58
Итого			411	11,99	11,69	58,76	386,53	1,32
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	62	0,94	0,31	13,12	59,99	6,25
Итого			62	0,94	0,31	13,12	59,99	6,25
Обед								
2012	20	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	65	1,04	2,22	6,05	49,13	9,86
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	4,42	2,42	30,82	163,42	7,77
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	29,56	30,05	48,43	582,68	2,16
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,42	0,34	39,33	174,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,91	0,25	12,21	58,73	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,16	0,15	29,03	118,97	1,54
Итого			785	40,51	35,43	165,87	1 147,07	21,33
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	11,45	17,11	2,37	208,85	0,21
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,52	2,54	3,05	41,14	2,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,24	0,00	10,53	43,98	0,81
Итого			379	14,80	19,86	26,12	342,92	3,18
Всего				68,24	67,29	263,87	1 936,51	32,08

медсестра 