



Утверждаю

заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

25 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	190	7,53	8,18	25,04	202,49	0,92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,34	0,23	26,83	118,78	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	2,92	0,06	26,65	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,73	2,19	16,43	95,63	0,49
Итого			403	12,64	13,52	68,36	443,55	1,41
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Итого			100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,18	3,76	5,09	59,06	20,67
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,23	4,89	18,50	136,39	7,49
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	20,24	9,64	26,24	324,50	13,50
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,73	0,38	42,93	190,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,15	0,14	33,11	135,11	1,41
Итого			785	31,52	19,07	138,59	906,29	43,07
Полдник								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	4,12	1,22	43,48	4,89
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	155	9,61	9,42	27,60	232,82	0,07
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	12,61	51,75	0,72
Итого			415	12,13	13,80	54,15	389,24	5,68
Всего				56,85	46,51	272,40	1 787,20	51,08

медсестра



Утверждаю

заведующий

МБДОУ "ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

25 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	170	6,77	7,37	22,52	182,15	0,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,87	0,18	21,47	95,02	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	2,92	0,06	26,65	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,29	1,82	13,73	79,94	0,41
Итого			348	10,97	12,29	57,78	383,76	1,24
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Итого			100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,78	2,49	3,37	39,02	13,66
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	180	3,03	3,51	13,30	97,89	5,41
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	16,55	7,93	21,46	265,88	11,05
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,80	0,28	32,19	142,53	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,13	0,12	27,52	112,32	1,18
Итого			609	24,61	14,51	106,32	698,43	31,30
Полдник								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,29	3,04	0,92	32,12	3,68
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	125	7,68	7,51	22,14	186,21	0,05
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	10,55	43,37	0,60
Итого			345	10,09	10,81	46,33	322,89	4,33
Всего				46,23	37,73	221,73	1 453,20	37,79

медсестра