



заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

26 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 РИСОВЫЙ	200	5,49	5,32	19,60	146,97	0,79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,44	0,24	28,11	124,43	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,85	0,07	35,20	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,87	3,14	15,77	106,19	0,62
Итого			414	11,85	12,55	63,55	412,79	1,41
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	78	0,31	0,31	7,62	36,57	7,78
Итого			78	0,31	0,31	7,62	36,57	7,78
Обед								
2012	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	70	0,74	4,03	3,22	53,47	5,43
2012	65	БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ	250	2,66	7,61	14,98	139,38	5,83
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	130	13,99	7,86	6,54	156,67	3,51
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,16	5,12	25,62	161,32	22,89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,91	0,40	44,95	199,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,25	0,30	14,39	69,25	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,11	0,11	21,42	87,72	1,12
Итого			861	26,82	25,43	131,12	866,82	38,78
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130	18,72	13,41	29,37	315,97	0,19
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	26	1,79	2,12	13,99	79,95	0,00
2008	435	КЕФИР	180	5,40	4,66	7,45	98,76	1,30
Итого			336	25,91	20,19	50,81	494,68	1,49
Всего				64,89	58,48	253,10	1 810,86	49,46

медсестра



МЕНЮ

26 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 РИСОВЫЙ	180	4,94	4,77	17,60	131,93	0,71
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,96	0,19	22,47	99,48	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	2,30	0,04	20,97	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,23	2,63	13,08	88,29	0,52
Итого			359	10,16	9,89	53,19	340,67	1,23
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	78	0,31	0,31	7,63	36,58	7,78
Итого			78	0,31	0,31	7,63	36,58	7,78
Обед								
2012	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,57	3,06	2,42	40,43	4,07
2012	65	БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ	180	1,91	5,27	10,82	98,30	4,18
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	10,74	6,03	5,01	120,38	2,69
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,10	20,49	129,06	18,31
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,93	0,29	33,71	149,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,50	0,20	9,61	46,23	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,09	0,09	17,82	73,00	0,94
Итого			688	20,27	19,04	99,88	656,62	30,19
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110	15,77	11,29	24,82	266,28	0,16
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	26	1,79	2,12	13,99	79,95	0,00
2008	435	КЕФИР	150	4,50	3,88	6,21	82,33	1,09
Итого			286	22,06	17,29	45,02	428,56	1,25
Всего				52,80	46,53	205,72	1 462,43	40,45

медсестра