



МЕНЮ
16 апреля 2026 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,25	5,92	26,10	179,14	0,38
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,21	1,86	9,49	64,03	0,41
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/10	2,44	0,30	21,26	97,69	0,05
Итого			340	9,90	8,08	56,85	340,86	0,84
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,54	2,51	3,39	38,69	1,75
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,44	2,73	11,25	83,43	2,76
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,60	2,96	10,94	82,32	23,42
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	13,13	11,72	5,29	197,16	0,58
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			550	19,71	21,00	40,25	431,81	28,51
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	11,60	18,64	1,90	221,73	0,14
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,54	0,20	0,98	47,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			315	17,34	24,24	40,23	467,32	0,14
Всего				47,45	53,42	147,43	1 282,99	31,49

Калькулятор _____ С.В. Пустовая



МЕНЮ
16 апреля 2026 г.

Аллергик Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,24	4,65	22,71	145,51	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/10	2,44	0,30	21,26	97,69	0,05
Итого			340	5,68	4,95	51,01	271,71	0,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,54	2,99	3,44	43,23	1,77
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,42	3,23	11,21	87,73	2,75
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,64	4,05	11,07	92,75	23,49
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	12,67	11,79	4,58	194,01	0,50
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			550	19,27	23,14	39,68	447,93	28,51
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,20	5,06	18,93	129,29	0,00
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,31	0,30	1,47	70,50	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			360	8,71	10,76	57,75	398,38	0,00
Всего				34,16	38,95	158,54	1 161,02	30,56

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю



Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
/М.Н. Шабалина/

МЕНЮ
16 апреля 2026 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,29	7,02	31,39	214,44	0,45
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,23	11,39	76,78	0,49
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/15	3,26	0,40	29,44	134,64	0,07
Итого			415	12,20	9,65	72,22	425,86	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,81	3,83	5,13	58,52	2,63
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,12	3,26	13,50	100,08	3,31
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,06	3,46	13,01	97,36	27,68
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	17,49	15,62	7,07	263,02	0,77
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,62	3,90	4,68	0,00
Итого			690	25,48	27,79	51,32	558,49	34,39
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,75	20,30	2,14	238,35	0,17
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,31	0,30	1,47	70,50	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			360	18,26	26,00	43,96	518,84	0,17
Всего				56,44	63,54	177,40	1 546,19	37,57

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю



Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
/М.Н. Шабалина/

МЕНЮ
16 апреля 2026 г.
Аллергик Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,83	5,75	27,31	176,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/15	3,26	0,40	29,44	134,64	0,07
Итого			415	7,09	6,15	65,15	344,94	0,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,81	3,69	5,11	57,31	2,62
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,09	3,93	13,43	105,78	3,31
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,03	4,06	12,98	102,42	27,67
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	16,89	15,10	6,09	251,81	0,66
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			670	24,82	27,86	48,92	555,27	34,26
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,60	4,45	21,04	133,65	0,00
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,96	94,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			430	9,88	10,25	63,35	437,64	0,00
Всего				42,29	44,36	187,32	1 380,85	36,33

Калькулятор _____ С.В. Пустовая