

Утверждаю

и.о. Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
и.о. Воронина Е.В./



МЕНЮ
22 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,33	5,52	25,76	174,47	0,38
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,81	2,37	9,41	70,99	0,48
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			330	10,54	8,19	49,90	316,86	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬИМИ	40	0,52	1,42	2,85	26,26	1,41
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	3,38	3,38	13,13	124,96	4,74
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	15,48	18,30	10,30	268,40	5,65
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,65	61,59	55,12
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			570	19,80	24,35	41,53	484,33	66,92
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,80	16,82	1,80	197,99	0,14
	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			310	16,31	22,52	40,62	467,08	0,14
Всего				47,17	55,58	144,79	1 329,37	80,92

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю

и.о. Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
и.о. Воронина Е.В./



МЕНЮ
22 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,24	4,25	22,00	139,04	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			330	5,83	4,55	41,98	232,20	0,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,03
Итого			130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,03
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬИМИ	40	0,53	1,01	2,87	22,74	1,43
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	2,98	3,36	12,30	125,63	4,67
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	16,12	21,45	13,28	309,47	5,67
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,43	0,17	12,87	62,90	57,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			570	20,06	27,07	43,92	523,86	68,97
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,52	6,03	21,47	158,01	0,00
	ТК №046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,96	94,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			360	10,40	10,03	53,33	403,40	0,00
Всего				36,81	42,17	152,00	1 220,68	82,04

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю



и.о. Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
И.О. Воронина Е.В./

МЕНЮ
22 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,39	6,59	30,94	209,07	0,46
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,37	2,84	11,34	85,38	0,57
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20	0,00
Итого			400	12,96	9,83	61,92	389,65	1,03
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,78	2,10	4,25	39,12	2,12
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180	3,77	4,02	15,56	141,09	5,68
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	210	21,48	16,44	16,20	298,80	25,20
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,62	3,90	4,68	0,00
Итого			690	26,52	24,38	55,65	559,84	99,00
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,76	20,15	2,15	237,05	0,17
	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			370	19,04	25,95	44,46	541,04	0,17
Всего				59,04	60,68	174,77	1 551,63	113,20

Калькулятор

С.В. Пустовая

Утверждаю



и.о. Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
И.О. Воронина Е.В./

МЕНЮ
22 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,88	5,29	26,79	170,14	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,31	21,39	0,01
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20	0,00
Итого			400	7,12	5,69	51,74	286,73	0,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,78	2,19	4,25	40,01	2,12
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180/10	2,98	3,96	14,25	132,00	5,54
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	210	18,80	25,04	15,30	360,56	6,60
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			680	23,05	32,47	52,14	611,84	80,26
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,40	7,04	26,23	189,60	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	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			420	11,28	11,04	61,09	446,39	0,00
Всего				41,97	49,72	177,72	1 406,10	93,28

Калькулятор

С.В. Пустовая