

Утверждаю



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

МЕНЮ

27 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,71	6,08	19,32	151,29	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/10	1,64	0,20	16,35	73,89	0,05
Итого			330	6,39	6,28	41,56	248,89	0,45
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,37	3,25	36,42	1,52
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,19	2,88	5,30	52,52	7,21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,44	25,61	149,47	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	13,59	6,76	4,67	148,11	9,23
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,38	1,22	2,35	22,13	0,81
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			580	19,72	17,75	50,56	438,86	18,77
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	3,25	10,63	24,61	207,49	11,34
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,26	1,82	10,09	66,23	0,39
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,31	0,30	1,47	70,50	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			350	10,62	16,35	51,07	438,62	11,73
Всего				37,23	40,48	153,29	1 189,37	32,95

Калькулятор

С.В. Пустовая

Утверждаю



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

МЕНЮ

27 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,63	3,26	16,09	104,17	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/10	2,44	0,30	21,26	97,69	0,05
Итого			340	5,07	3,56	44,33	230,11	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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,98	3,27	33,03	1,53
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,03	2,06	5,09	43,43	7,22
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,95	4,35	25,31	156,19	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,75	5,05	3,50	124,46	9,08
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	35	0,45	1,63	3,27	29,81	0,90
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			585	18,73	16,15	49,82	417,13	18,73
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	2,57	8,25	20,23	165,62	9,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,31	0,30	1,47	70,50	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			350	7,68	12,15	43,58	358,77	9,47
Всего				31,98	31,96	147,83	1 049,01	30,25

Калькулятор

С.В. Пустовая

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,64	7,25	23,19	181,17	0,46
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,05	28,36	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/15	2,46	0,30	24,53	110,84	0,07
Итого			405	8,14	7,55	54,77	320,37	0,54
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,42	3,47	6,36	63,01	8,65
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	3,09	30,26	176,12	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	18,10	8,94	6,22	196,95	12,32
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,38	1,22	2,35	22,13	0,81
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			720	25,46	22,79	62,67	552,33	24,06
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,91	12,72	29,56	248,91	13,61
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,71	2,18	12,10	79,48	0,47
	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	12,50	18,90	58,52	516,79	14,08
Всего				46,60	49,34	185,86	1 432,49	40,68

Калькулятор

С.В. Пустовая

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,10	3,50	19,46	121,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	7,19	29,50	0,04
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/10	3,26	0,40	29,44	134,64	0,07
Итого			410	6,55	3,90	56,09	285,83	0,11
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,94	4,87	58,10	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,25	2,10	6,14	48,81	8,60
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,69	4,43	30,09	179,14	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	17,01	8,03	4,40	176,77	12,13
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	35	0,45	1,63	3,27	29,81	0,90
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			705	24,23	21,21	60,08	530,58	23,91
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,15	9,31	24,71	195,50	11,37
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
	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			440	9,22	13,31	47,79	409,53	11,41
Всего				40,50	38,52	173,86	1 268,94	37,43

Калькулятор

С.В. Пустовая