



МЕНЮ

28 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,68	5,83	22,19	150,99	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	5,92	23,82	0,01
2008		БАТОН	43	3,42	0,43	20,99	101,75	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			433	10,35	11,66	71,45	418,16	0,01
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	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,28	2,06	8,68	58,77	5,76
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,15	2,41	9,44	64,21	4,78
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,65	2,28	6,91	55,69	14,91
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	14,13	14,09	0,00	183,04	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	0,00	1,15	2,76	3,31	0,00
Итого			622	18,70	22,19	43,53	441,17	91,45
Полдник								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,72	6,61	43,09	258,87	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	5,92	23,82	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	43	3,30	0,43	2,10	100,70	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,75	7,06	29,75	197,12	0,00
Итого			453	13,82	14,10	80,86	580,51	0,01
Всего				43,37	48,05	205,74	1 482,84	93,47

Калькулятор _____ С.В. Пустовая



МЕНЮ

28 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								
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,87	2,40	10,51	75,99	0,48
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,25	6,46	26,47	184,60	0,47
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32/10	2,62	8,57	15,84	151,20	0,00
Итого			402	10,74	17,43	52,82	411,79	0,95
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	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	1,41	4,58	8,89	82,88	5,76
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,47	2,33	9,97	67,00	4,84
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,77	2,01	4,57	43,41	12,60
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	14,68	14,69	0,03	190,85	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	0,00	1,72	4,14	4,96	0,00
Итого			644	19,82	25,53	43,34	465,25	89,20
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,13	3,54	15,51	111,02	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	32	2,48	0,32	1,58	75,55	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5,24	9,86	41,90	277,14	0,00
Итого			462	11,89	13,72	64,88	487,42	0,49
Всего				42,95	56,78	170,94	1 407,46	92,64

Калькулятор _____ С.В. Пустовая



Утверждаю

И.О. Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

И.О. Воронина Е.В./

МЕНЮ

28 апреля 2026 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,36	5,40	21,99	153,86	0,39
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,39	2,01	8,70	63,14	0,40
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,35	11,26	14,13	167,43	0,00
Итого			340	9,10	18,67	44,82	384,43	0,79
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	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	150	1,17	3,78	7,41	68,81	4,79
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	1,26	2,02	8,56	57,69	4,15
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,27	1,43	3,27	31,00	9,00
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	11,17	11,18	0,03	145,22	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	0,00	1,15	2,76	3,31	0,00
Итого			512	15,29	19,73	34,67	367,56	72,94
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,45	2,98	12,95	92,91	0,40
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	4,92	19,84	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	43	3,30	0,43	2,10	100,70	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,83	7,11	30,02	199,03	0,00
Итого			393	10,62	10,52	49,99	412,48	0,41
Всего			35,51	49,02	139,58	1 207,47	76,14	

Калькулятор

С.В. Пустовая