

Утверждаю



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

МЕНЮ
30 апреля 2026 г.
Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,31	5,94	26,25	180,21	0,39
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,29	1,92	9,63	65,50	0,42
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	29/10	2,38	0,29	20,73	95,25	0,05
Итого			339	9,98	8,15	56,61	340,96	0,86
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	11,09	47,21	2,20
Итого			110	0,55	0,11	11,09	47,21	2,20
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,48	2,98	2,86	40,41	1,47
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,20	2,59	6,35	53,87	5,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,35	3,70	15,71	105,72	7,60
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,55	8,29	2,37	122,54	0,16
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,09	2,63	3,15	0,00
Итого			550	13,58	18,65	36,70	352,78	14,23
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	11,61	18,61	1,94	221,89	0,15
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,52	0,20	0,97	46,44	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			315	17,33	24,21	40,26	466,72	0,15
Всего				41,44	51,12	144,66	1 207,67	17,44

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю



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

МЕНЮ
30 апреля 2026 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,38	7,09	31,52	215,93	0,47
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,74	2,31	11,52	78,37	0,51
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	39/14	3,18	0,39	28,69	131,21	0,07
Итого			413	12,30	9,79	71,73	425,51	1,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			110	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0,72	4,47	4,31	60,66	2,22
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,43	3,11	7,61	64,59	6,03
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,78	4,32	18,56	124,55	8,97
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,76	11,07	3,16	163,39	0,22
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,63	3,93	4,72	0,00
Итого			685	17,69	24,60	46,28	452,74	17,44
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,78	20,32	2,20	238,93	0,18
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,28	0,30	1,45	69,68	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			360	18,26	26,02	44,00	518,60	0,18
Всего				48,75	60,51	171,91	1 439,85	20,67

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю

и.о. Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
И.о. Воронина Е.В./**МЕНЮ**
30 апреля 2026 г.**Аллергик 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,84	5,75	27,36	176,53	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	39/14	3,18	0,39	28,69	131,21	0,07
Итого			413	7,02	6,14	64,45	341,74	0,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			110	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0,72	4,56	4,31	61,55	2,22
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	1,30	2,52	7,43	57,77	6,02
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,15	4,89	17,57	123,10	8,89
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,45	12,52	2,80	173,67	0,14
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,09	2,63	3,15	0,00
Итого			665	16,62	25,58	43,45	454,07	17,27
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,62	4,32	21,24	133,40	0,00
	ТК №046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	39	3,03	0,39	1,93	92,59	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			429	9,85	10,11	63,52	435,98	0,00
Всего				33,99	41,93	181,32	1 274,79	19,34

Калькулятор _____ С.В. Пустовая