



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

**МЕНЮ**

6 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
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	21,38	0,01
2008		БАТОН	39	3,09	0,39	18,95	91,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>7,01</b>	<b>5,68</b>	<b>51,05</b>	<b>283,40</b>	<b>0,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,75</b>	<b>61,14</b>	<b>13,01</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	0,77	2,19	4,24	39,88	2,10
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180/10	2,84	3,95	13,86	128,01	5,25
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	18,34	25,62	14,02	360,49	6,10
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,40	0,20	15,74	78,15	66,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,59	3,11	0,00
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>22,44</b>	<b>33,04</b>	<b>50,25</b>	<b>607,62</b>	<b>79,45</b>
<b>Полдник</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,40	7,04	26,23	189,60	0,00
	TK№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	39	2,99	0,39	1,90	91,18	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>11,19</b>	<b>11,03</b>	<b>61,03</b>	<b>443,57</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>41,16</b>	<b>50,27</b>	<b>175,08</b>	<b>1 395,73</b>	<b>92,47</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. И. Шабалина

**МЕНЮ**

6 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
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	29	2,32	0,29	14,24	69,02	0,00
<b>Итого</b>			<b>329</b>	<b>5,75</b>	<b>4,54</b>	<b>41,49</b>	<b>229,82</b>	<b>0,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,03
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,77</b>	<b>61,22</b>	<b>13,03</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,52	1,01	2,85	22,61	1,41
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	2,83	3,34	11,77	120,99	4,43
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	170	15,71	22,00	12,21	310,11	5,25
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
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>19,49</b>	<b>27,60</b>	<b>42,30</b>	<b>519,73</b>	<b>68,29</b>
<b>Полдник</b>								
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	39	3,00	0,39	1,91	91,65	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>10,32</b>	<b>10,02</b>	<b>53,28</b>	<b>401,05</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>36,08</b>	<b>42,68</b>	<b>149,84</b>	<b>1 211,82</b>	<b>81,36</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Пустовая

# МЕНЮ

6 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,37	5,56	25,83	175,20	0,39
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,88	2,42	9,49	71,93	0,49
2008		БАТОН	29	2,32	0,29	14,22	68,92	0,00
			329	10,55	8,27	49,54	316,05	0,88
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	81,11	13,00
			130	0,52	0,52	12,74	81,11	13,00
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬИМИ	40	0,52	1,40	2,84	25,98	1,40
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	3,27	3,38	12,96	121,67	4,50
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	170	15,72	22,02	12,03	309,47	5,22
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,65	61,58	55,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,59	3,11	0,00
			560	19,93	28,95	42,77	521,81	66,21
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,80	16,83	1,53	198,04	0,14
	ТК№045	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	58,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,24	0,29	1,42	68,34	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
			309	16,24	22,52	40,60	464,97	0,14
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
				47,24	59,38	145,65	1 363,94	80,23

Калькулятор \_\_\_\_\_

С. В. Пустовая



## МЕНЮ

6 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,44	6,63	31,02	210,01	0,47
	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,43	2,90	11,44	56,51	0,58
		БАТОН	39	3,09	0,39	18,95	91,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>12,96</b>	<b>9,92</b>	<b>61,41</b>	<b>388,39</b>	<b>1,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
		БЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,10</b>	<b>13,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	0,77	2,10	4,24	38,94	2,09
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180	3,65	4,03	14,99	137,46	5,39
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	18,33	25,61	14,01	360,36	6,09
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,61	3,88	4,66	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>23,24</b>	<b>33,55</b>	<b>52,86</b>	<b>617,57</b>	<b>79,57</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,76	20,13	2,19	237,07	0,17
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	16,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	39	2,99	0,39	1,90	91,18	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>18,95</b>	<b>25,92</b>	<b>44,44</b>	<b>538,24</b>	<b>0,17</b>
<b>Всего</b>				<b>55,67</b>	<b>69,91</b>	<b>171,45</b>	<b>1 605,30</b>	<b>93,79</b>

Калькулятор

С.В. Пустовал