

## МЕНЮ

7 мая 2026 г.

Ясли 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	194	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,47	5,82	25,51	176,70	0,44
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,27	1,83	10,11	66,47	0,39
2008		БАТОН	31	2,44	0,31	14,90	72,68	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>351</b>	<b>12,63</b>	<b>10,18</b>	<b>50,75</b>	<b>346,13</b>	<b>0,83</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,53	0,11	10,79	45,92	2,14
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>0,53</b>	<b>0,11</b>	<b>10,79</b>	<b>45,92</b>	<b>2,14</b>
<b>Обед</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,53	2,99	3,27	42,25	1,63
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,46	4,04	10,02	82,64	4,01
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	110/5	12,46	4,87	26,03	197,02	0,00
2011	5/9	БИТОНКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	13,06	11,66	5,31	197,19	0,57
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	0,00	1,47	3,53	4,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>27,51</b>	<b>25,03</b>	<b>54,94</b>	<b>551,23</b>	<b>6,21</b>
<b>Полдник</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2,78	11,88	15,89	182,52	10,82
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,83	2,39	9,44	71,32	0,48
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	21	1,00	0,21	1,02	45,76	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	55	3,85	3,75	34,30	188,35	0,04
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>11,06</b>	<b>18,23</b>	<b>60,68</b>	<b>488,95</b>	<b>11,34</b>
<b>Всего</b>				<b>51,73</b>	<b>53,55</b>	<b>177,16</b>	<b>1 432,23</b>	<b>20,52</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В. Пустовая



## МЕНЮ

7 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>								
2006	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,58	6,94	30,67	211,85	0,52
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,19	12,12	79,78	0,47
2008		БАТОН	41	3,26	0,41	20,00	96,93	0,00
2012	213	ЯИЦО ОТВАРНОЕ	20	2,44	2,22	0,14	30,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>15,01</b>	<b>11,76</b>	<b>62,93</b>	<b>418,83</b>	<b>0,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
2006	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	0,80	4,48	4,91	83,43	2,44
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,75	4,90	12,02	99,57	4,81
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	130/5	14,62	5,03	30,56	225,94	0,00
2011	59	БИТЧОККИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	17,43	15,53	7,10	262,93	0,77
2012	376	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	0,00	1,47	3,53	4,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>689</b>	<b>34,60</b>	<b>31,41</b>	<b>70,78</b>	<b>796,42</b>	<b>8,02</b>
<b>Полдник</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,34	14,33	19,09	219,84	12,99
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,39	2,86	11,37	85,78	0,58
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	2,39	0,31	1,52	73,06	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	55	3,85	3,75	34,44	186,82	0,04
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>12,97</b>	<b>21,25</b>	<b>66,42</b>	<b>565,63</b>	<b>13,61</b>
<b>Всего</b>				<b>63,08</b>	<b>64,52</b>	<b>200,95</b>	<b>1 733,88</b>	<b>24,62</b>

Копировать

С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 18"  
И.М. Шабалина**МЕНЮ**

7 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	104	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,50	5,83	21,74	157,22	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,18	0,00	7,91	32,34	0,00
2008		БАТОН	41	3,28	0,41	20,00	96,93	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2,44	2,21	0,14	30,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>10,38</b>	<b>8,45</b>	<b>49,79</b>	<b>316,74</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОМ	60	0,80	4,57	4,91	64,27	2,44
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,51	2,22	12,06	74,56	4,81
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	14,62	5,87	30,56	233,57	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ ( КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	16,85	15,04	6,11	252,05	0,66
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	0,00	0,98	2,35	2,82	0,00
<b>Итого</b>			<b>666</b>	<b>33,78</b>	<b>28,68</b>	<b>64,70</b>	<b>662,10</b>	<b>7,91</b>
<b>Полдник</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,26	13,97	19,62	218,27	13,46
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	41	3,19	0,41	2,03	97,29	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>8,22</b>	<b>15,79</b>	<b>52,55</b>	<b>459,36</b>	<b>13,46</b>
<b>Всего</b>				<b>52,88</b>	<b>53,02</b>	<b>176,94</b>	<b>1 481,20</b>	<b>23,37</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В. Пустовая



Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

(М. И. Шабалина)

**МЕНЮ**

7 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,52	6,00	21,47	158,01	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,20	0,00	6,85	28,19	0,00
2008		БАТОН	31	2,48	0,31	15,22	73,78	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2,46	2,23	0,14	30,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>351</b>	<b>9,66</b>	<b>8,57</b>	<b>43,68</b>	<b>290,49</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,54	0,11	10,81	46,01	2,14
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>0,54</b>	<b>0,11</b>	<b>10,81</b>	<b>46,01</b>	<b>2,14</b>
<b>Обед</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,53	2,99	3,32	42,41	1,65
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,26	2,17	10,07	65,12	4,01
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	110	12,43	4,74	25,99	196,42	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	12,55	11,68	4,58	192,47	0,49
2012	376	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	0,00	0,97	2,34	2,81	0,00
<b>Итого</b>			<b>546</b>	<b>26,77</b>	<b>22,55</b>	<b>53,08</b>	<b>526,32</b>	<b>6,15</b>
<b>Полдник</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2,63	11,94	16,00	182,90	10,85
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	2,39	0,31	1,52	72,85	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>6,79</b>	<b>13,66</b>	<b>47,00</b>	<b>393,80</b>	<b>10,85</b>
<b>Всего</b>				<b>43,78</b>	<b>44,89</b>	<b>154,57</b>	<b>1 256,62</b>	<b>19,14</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Пустовая