



МЕНЮ

26 мая 2026 г.

Аллергик Сад

Сборник рецептов	№ 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	5,86	22,22	151,58	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			430	10,12	11,66	70,10	412,09	0,01
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,28	0,12	8,59	41,72	36,96
Итого			100	0,28	0,12	8,59	41,72	36,96
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,28	2,08	8,72	58,90	5,78
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,16	2,56	9,45	65,57	4,78
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,67	2,43	7,13	57,90	14,04
2008	271	ЩИЩЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫЙ	80	14,16	14,31	0,00	185,17	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			620	18,76	22,64	43,64	446,81	91,48
Полдник								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,72	6,61	43,09	258,87	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,96	94,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,77	7,07	30,09	198,74	0,00
Итого			450	13,61	14,08	81,03	575,32	0,01
Всего				42,77	48,52	203,36	1 475,94	128,46

Калькулятор _____ С.В. Пустова



МЕНЮ

26 мая 2026 г.

Аллергик Ясли

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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,25	5,07	18,80	128,96	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,00	28,34	0,00
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			360	8,85	10,77	62,88	370,30	0,00
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,28	0,12	8,35	40,84	37,40
Итого			100	0,28	0,12	8,35	40,84	37,40
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,07	1,56	7,29	47,75	4,82
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	1,00	2,14	8,11	55,76	4,10
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,16	1,53	4,94	38,76	10,66
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	11,08	11,02	0,03	143,26	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			510	14,73	17,50	35,61	350,18	74,58
Полдник								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,61	5,51	35,90	215,73	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,96	94,00	0,00
2008	457	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,79	7,04	29,93	197,81	0,00
Итого			390	12,58	12,95	72,83	528,09	0,02
Всего				36,44	41,34	179,67	1 289,41	112,00

Калькулятор _____ С.В. Пустовая



Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

(М. И. Шабалина)

МЕНЮ

26 мая 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,32	5,36	21,91	152,97	0,38
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,34	1,97	8,63	62,24	0,39
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,21	11,24	13,22	163,00	0,00
Итого			340	8,87	18,57	43,76	378,21	0,77
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,27	0,12	8,45	41,06	36,49
Итого			100	0,27	0,12	8,45	41,06	36,49
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	150	1,20	4,05	7,45	71,50	4,80
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	1,26	2,01	8,54	57,57	4,15
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,27	1,43	3,27	31,00	9,00
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫМ	60	11,20	11,20	0,03	145,49	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,80	3,12	0,00
Итого			510	15,35	19,94	34,53	370,21	72,95
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,40	2,94	12,87	82,05	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	4,93	19,84	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,96	94,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,83	7,11	30,00	190,05	0,00
Итого			390	10,35	10,45	49,76	404,94	0,40
Всего				34,84	49,08	136,50	1 194,42	110,61

Калькулятор _____ С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

Т. М. Щабалина

МЕНЮ

26 мая 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,19	6,41	26,37	183,54	0,48
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,81	2,35	10,40	74,87	0,47
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,45	8,55	14,81	148,20	0,00
Итого			400	10,45	17,31	51,58	404,61	0,93
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,27	0,12	8,44	41,06	36,50
Итого			100	0,27	0,12	8,44	41,06	36,50
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	1,44	4,88	8,94	85,99	5,78
2008	335	ЛЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,46	2,32	9,95	66,85	4,84
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,77	2,01	4,57	43,41	12,60
2008	271	ЩИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	14,72	14,72	0,03	191,23	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	78,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,62	3,90	4,68	0,00
Итого			640	19,88	25,75	43,13	468,31	89,20
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,07	3,48	15,40	109,84	0,47
2012	382	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,70	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,31	0,30	1,47	70,50	0,00
2008	487	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70					
Итого			460	5,25	9,86	41,90	277,17	0,00
Всего			1460	42,27	56,82	167,81	1395,19	127,11

Калькулятор _____ С.В. Пустовая