



МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,83	7,50	28,99	218,96	0,44
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008		БАТОН	38	3,06	0,38	18,76	90,92	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2,45	2,22	0,14	30,28	0,00
Итого			418	13,38	10,10	54,78	363,87	0,45
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	111	0,44	0,44	10,88	52,18	11,10
Итого			111	0,44	0,44	10,88	52,18	11,10
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	65	0,83	4,48	4,97	63,82	2,51
2008	85	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,49	3,11	8,08	66,83	6,23
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	4,52	18,56	126,32	9,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,89	11,26	3,48	167,01	0,25
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	0,00	1,50	3,60	4,32	0,00
Итого			690	17,95	24,87	47,40	463,13	17,99
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/20	22,27	15,96	28,50	350,94	0,31
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,69	2,27	11,45	77,52	0,49
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫЧНОВЕННАЯ	60	4,33	2,52	31,98	168,52	0,00
Итого			420	32,41	21,16	73,91	693,16	0,80
Всего				64,18	56,57	186,97	1 572,34	30,34

Калькулятор _____ С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

27 мая 2026 г.

Ясли 10 часов

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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	8,50	6,27	24,93	182,48	0,37
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	4,93	19,84	0,01
2008		БАТОН	28	2,28	0,29	13,99	67,83	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
Итого			348	11,27	8,78	43,99	300,45	0,38
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	111	0,44	0,44	10,88	52,17	11,10
Итого			111	0,44	0,44	10,88	52,17	11,10
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,55	2,99	3,30	42,52	1,67
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,25	2,59	6,75	95,74	5,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	9,83	15,70	106,78	7,61
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,96	6,71	2,61	128,82	0,18
2012	376	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	1,00	2,41	2,89	0,00
Итого			547	14,09	19,12	37,56	363,84	14,66
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100/20	19,16	13,70	24,40	301,02	0,27
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,25	1,89	9,56	64,73	0,41
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,33	2,52	31,98	169,52	0,00
Итого			370	28,86	18,52	67,92	630,45	0,68
Всего				54,66	46,86	160,34	1 346,91	26,82

Калькулятор _____ С. В. Пустовал



МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,52	6,03	21,96	159,95	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,04	20,55	0,02
2008		БАТОН	28	2,28	0,29	13,99	67,83	0,00
2012	213	ЯИЦО ОТВАРНОЕ 1/2	20	2,47	2,24	0,14	90,54	0,00
Итого			348	9,37	8,56	41,13	278,87	0,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	111	0,44	0,44	10,87	52,12	11,09
Итого			111	0,44	0,44	10,87	52,12	11,09
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,55	2,99	3,27	42,36	1,98
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,13	2,10	6,57	49,96	5,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	1,82	4,25	14,84	105,00	7,51
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,14	9,56	1,75	129,57	0,10
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	1,00	2,41	2,89	0,00
Итого			547	12,64	19,90	35,62	356,87	14,43
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,05	8,33	22,10	191,27	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,00	26,34	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			370	11,94	10,15	53,58	424,59	0,00
Всего				34,39	39,05	141,20	1 112,45	25,54

Калькулятор _____ С. В. Пустован



МЕНЮ

27 мая 2026 г.

Аллергик Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,40	7,04	26,23	189,60	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008		БАТОН	38	3,06	0,38	18,76	90,92	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2,44	2,22	0,14	30,26	0,00
Итого			418	10,94	9,64	51,02	334,49	0,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	111	0,44	0,44	10,89	52,21	11,11
Итого			111	0,44	0,44	10,89	52,21	11,11
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	65	0,83	4,57	4,97	64,71	2,51
2008	85	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	1,35	2,51	7,91	60,02	6,23
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,15	4,89	17,57	123,10	8,89
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,28	12,42	2,51	171,18	0,14
2012	376	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	0,00	1,50	3,60	4,32	0,00
Итого			690	16,61	25,89	45,27	458,16	17,77
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,44	9,79	26,39	227,12	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			430	13,33	11,61	59,27	466,10	0,00
Всего				41,32	47,58	166,45	1 310,96	28,89

Калькулятор _____ С. В. Пустовая