

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

И.М. Н. Шабалина

МЕНЮ

2 июня 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,63	5,20	16,09	121,61	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,20	0,00	6,85	28,19	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	31/9	2,52	0,31	21,10	97,44	0,04
Итого			340	5,35	5,51	44,04	247,24	0,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,52	0,10	10,40	44,29	2,06
Итого			103	0,52	0,10	10,40	44,29	2,06
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	45	1,42	2,73	3,74	45,33	1,85
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,92	2,36	9,84	80,56	3,81
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,55	4,25	27,28	157,62	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,78	8,90	0,52	135,82	0,00
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №60	30	0,21	1,97	1,36	23,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,43	0,17	12,87	62,90	57,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,05	2,54	3,04	0,00
Итого			584	18,34	21,43	58,15	509,21	62,86
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,95	94,00	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	4,32	1,50	29,08	146,80	0,00
Итого			390	13,25	13,60	59,47	483,55	10,50
Всего				37,46	40,64	172,06	1 284,29	75,46

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
М. Н. Шабалина**МЕНЮ**
2 июня 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,10	5,83	18,96	141,57	0,00
2011	13-10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,17	0,00	7,93	32,41	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	41/14	3,33	0,41	29,32	134,51	0,07
Итого:			415	6,60	6,34	56,23	308,49	0,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого:			103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЕМ ГОРОШКОМ	40	1,42	2,97	3,70	47,28	1,82
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОМ	180	5,89	3,17	11,86	99,83	4,55
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,06	4,56	32,30	182,41	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,78	12,50	0,89	186,68	0,00
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	30	0,18	1,72	1,18	20,93	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	0,00	1,05	2,53	3,03	0,00
Итого:			679	22,82	26,17	68,09	616,32	72,37
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫМ	180	7,02	14,04	25,74	257,40	12,60
2012	382	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,04	0,40	1,94	92,83	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	90	4,12	1,72	28,63	146,14	0,00
Итого:			450	14,18	16,16	64,71	530,37	12,60
Всего:				44,10	48,77	198,84	1 498,18	87,04

Калькулятор _____ С.В. Пустовая



МЕНЮ

2 июня 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,71	6,09	19,34	151,49	0,39
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,26	1,81	10,09	66,25	0,39
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	31,9	2,49	0,31	21,21	97,75	0,05
Итого			340	9,46	8,21	50,64	315,49	0,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,52	0,10	10,41	44,33	2,06
Итого			103	0,52	0,10	10,41	44,33	2,06
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,41	3,02	3,71	47,72	1,82
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,92	2,19	9,83	76,96	3,79
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2008	288	БИТЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,83	8,93	0,53	135,82	0,00
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,60	1,86	1,98	26,97	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,56	55,06
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,05	2,53	3,03	0,00
Итого			619	19,78	21,82	68,92	560,06	60,67
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	4,92	19,84	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,53	0,20	0,97	46,73	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	4,13	1,59	28,86	145,93	0,00
Итого			370	11,55	13,49	56,20	427,00	10,51
Всего				41,31	43,62	186,17	1 346,88	74,07

Калькулятор _____ С.В. Пустовал

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
/М. Н. Шабалина/**МЕНЮ**
2 июня 2026 г.**Сад 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								
2006	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,64	7,25	23,20	181,21	0,46
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,71	2,18	12,00	79,44	0,47
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	41/14	3,33	0,41	29,32	134,51	0,07
Итого			415	11,68	9,84	64,51	395,16	1,00
II Завтрак								
2008	442	ССК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	60	1,72	4,23	5,53	67,19	2,73
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5,90	2,66	11,81	95,16	4,55
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,12	3,99	32,58	178,57	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,77	11,88	0,71	181,02	0,00
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ НЕЖИР	30	0,60	1,86	1,98	26,97	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПРОДОВ- ЩИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНСЫ	58	0,00	1,57	3,79	4,55	0,00
Итого			718	23,60	26,39	72,24	629,61	73,28
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7,02	14,04	25,74	257,40	12,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,50	23,69	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,30	0,30	1,46	70,13	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	70	5,78	2,24	40,28	204,18	0,00
Итого			460	15,14	16,58	73,37	555,40	12,61
Всего				50,92	52,91	220,12	1 623,17	88,89

Калькулятор _____ С. В. Пустовая