



# **МЕНЮ** 11 июня 2026 г.

**Аллергик Ясли**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                       | 150   | 3,18              | 4,83    | 22,85            | 145,74                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 150   | 0,00              | 0,00    | 7,04             | 28,51                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                      | 30/10 | 2,48              | 0,31    | 21,51            | 98,88                                    | 0,05                  |
| Итого                         |                     |                                           | 340   | 5,66              | 4,94    | 51,40            | 273,13                                   | 0,05                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 101   | 0,51              | 0,10    | 10,20            | 43,43                                    | 2,02                  |
| Итого                         |                     |                                           | 101   | 0,51              | 0,10    | 10,20            | 43,43                                    | 2,02                  |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С<br>СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 40    | 0,54              | 2,51    | 3,38             | 38,69                                    | 1,75                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ            | 150   | 3,42              | 3,23    | 11,21            | 87,73                                    | 2,75                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 110   | 6,24              | 5,51    | 28,25            | 187,25                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 5/9                 | БИТОЧКИ ( КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА<br>КУР         | 60    | 12,67             | 11,36   | 4,54             | 188,16                                   | 0,50                  |
| 2008                          | 360                 | СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360                  | 30    | 0,21              | 1,97    | 1,36             | 23,92                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                 | 150   | 0,00              | 0,00    | 6,78             | 27,09                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 42    | 0,00              | 1,12    | 2,70             | 3,24                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 582   | 23,08             | 25,70   | 58,22            | 556,08                                   | 5,00                  |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                        | 150   | 2,25              | 5,07    | 18,80            | 128,96                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№046              | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 15,00            | 56,99                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                   | 28    | 2,19              | 0,28    | 1,40             | 66,98                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                   | 30    | 4,20              | 5,40    | 22,35            | 141,60                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 358   | 8,64              | 10,76   | 57,55            | 394,53                                   | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                           |       | 37,89             | 41,50   | 177,37           | 1 267,17                                 | 7,07                  |

Калькулятор \_\_\_\_\_ С В. Пустовая



# **МЕНЮ** 11 июня 2026 г.

## **Аллергик Сад**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                       | 180   | 3,85              | 5,75    | 27,43            | 176,88                                   | 0,0                   |
| 2012                          | 382                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                      | 40/15 | 3,30              | 0,41    | 29,68            | 135,83                                   | 0,07                  |
| Итого                         |                     |                                           | 415   | 7,15              | 6,16    | 65,52            | 346,71                                   | 0,07                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 101   | 0,50              | 0,10    | 9,90             | 43,00                                    | 2,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 101   | 0,50              | 0,10    | 9,90             | 43,00                                    | 2,00                  |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С<br>СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 60    | 0,81              | 4,02    | 5,13             | 60,31                                    | 2,64                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ            | 180   | 4,13              | 3,78    | 13,49            | 104,73                                   | 3,30                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 130   | 7,33              | 6,77    | 33,23            | 222,86                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 5/9                 | БИТОЧКИ ( КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА<br>КУР         | 80    | 16,81             | 15,09   | 6,04             | 249,53                                   | 0,88                  |
| 2008                          | 360                 | СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360                  | 30    | 0,21              | 1,97    | 1,36             | 23,92                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                 | 180   | 0,00              | 0,00    | 8,71             | 34,83                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 42    | 0,00              | 1,12    | 2,70             | 3,24                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 702   | 29,29             | 32,75   | 70,66            | 899,42                                   | 6,60                  |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                        | 180   | 2,60              | 4,13    | 21,20            | 131,40                                   | 0,00                  |
|                               | TK№046              | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                     | 180   | 0,00              | 0,00    | 18,00            | 68,39                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                   | 38    | 2,93              | 0,38    | 1,88             | 89,30                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                   | 30    | 4,20              | 5,40    | 22,35            | 141,00                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 428   | 9,73              | 9,91    | 63,41            | 430,69                                   | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                           |       | 46,67             | 48,92   | 209,49           | 1 519,82                                 | 8,67                  |

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В. Пустовая

МДОУ "Детский сад № 18"



# МЕНЮ

11 июня 2026 г.

Сад 10 часов

| Сад 10 часов                  |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     |                                           | 180   | 6,26              | 6,99    | 31,32            | 213,70                                   | 0,44                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                       | 180   | 2,60              | 2,19    | 11,30            | 76,02                                    | 0,48                  |
| 2011                          | 12/10               | ЧАЙ С МОЛОКОМ                             | 40/15 | 3,30              | 0,41    | 29,69            | 135,83                                   | 0,07                  |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                      | 415   | 12,16             | 9,58    | 72,31            | 425,55                                   | 0,99                  |
| Итого                         |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     |                                           | 101   | 0,50              | 0,10    | 9,90             | 43,00                                    | 2,00                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 101   | 0,50              | 0,10    | 9,90             | 43,00                                    | 2,00                  |
| Итого                         |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С<br>СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 60    | 0,81              | 3,82    | 5,13             | 58,46                                    | 2,63                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ            | 180   | 4,12              | 3,26    | 13,48            | 100,09                                   | 3,31                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 130   | 7,38              | 5,98    | 33,51            | 217,41                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 5/6                 | БИТОНКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА<br>КУР          | 80    | 17,40             | 15,60   | 7,01             | 260,57                                   | 0,77                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                        | 30    | 0,58              | 1,84    | 1,96             | 26,70                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                 | 180   | 0,00              | 0,00    | 8,71             | 34,83                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 62    | 0,00              | 1,67    | 4,03             | 4,84                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                         | 120   | 11,73             | 20,28   | 2,12             | 238,10                                   | 0,17                  |
|                               | TK<br>№040          | КУСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 18,00            | 68,30                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                   | 28    | 2,15              | 0,23    | 1,40             | 66,35                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                   | 30    | 4,20              | 5,40    | 22,35            | 141,60                                   | 0,00                  |
|                               |                     |                                           | 358   | 18,12             | 25,97   | 43,87            | 515,07                                   | 0,17                  |
| Итого                         |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| Всего                         |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     |                                           |       | 51,18             | 67,53   | 189,82           | 1 686,32                                 | 9,87                  |

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Пустовая



# **МЕНЮ** 11 июня 2026 г.

Ясли 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                       | 150   | 5,22              | 5,83    | 26,08            | 178,12                                   | 0,37                  |
| 2011                          | 12/10               | ЧАЙ С МОЛОКОМ                             | 150   | 2,18              | 1,83    | 9,44             | 63,47                                    | 0,40                  |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                      | 30/10 | 2,48              | 0,31    | 21,51            | 98,88                                    | 0,05                  |
| Итого                         |                     |                                           | 340   | 9,88              | 7,97    | 57,03            | 340,47                                   | 0,82                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 101   | 0,51              | 0,10    | 10,20            | 43,43                                    | 2,02                  |
| Итого                         |                     |                                           | 101   | 0,51              | 0,10    | 10,20            | 43,43                                    | 2,02                  |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С<br>СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 40    | 0,54              | 2,52    | 3,30             | 38,88                                    | 1,75                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ            | 150   | 3,44              | 2,73    | 11,24            | 83,40                                    | 2,76                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 110   | 6,24              | 5,06    | 28,35            | 183,81                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 5/9                 | БИТОЧКИ ( КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА<br>КУР         | 60    | 13,07             | 11,73   | 5,27             | 195,98                                   | 0,58                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                        | 30    | 0,59              | 1,84    | 1,96             | 26,70                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 378                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                 | 150   | 0,00              | 0,00    | 6,78             | 27,09                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 42    | 0,00              | 1,12    | 2,70             | 3,24                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 582   | 23,88             | 25,00   | 59,69            | 559,20                                   | 5,09                  |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                         | 115   | 11,58             | 18,56   | 1,87             | 220,90                                   | 0,14                  |
|                               | ТК№046              | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 15,00            | 56,99                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                   | 19    | 1,45              | 0,19    | 0,93             | 44,39                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                   | 30    | 4,20              | 5,40    | 22,35            | 141,60                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 314   | 17,23             | 24,15   | 40,15            | 463,88                                   | 0,14                  |
| Всего                         |                     |                                           |       | 51,50             | 57,22   | 167,07           | 1 406,98                                 | 6,07                  |

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Пустовая