

Утверждаю

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

29 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,18	4,63	22,85	145,74	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	4,56	18,62	0,02
2008		БАТОН	32	2,52	0,32	15,47	74,97	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			362	8,05	7,89	65,20	364,43	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,55	44,94	2,09
Итого			104	0,52	0,10	10,55	44,94	2,09
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,54	2,02	3,39	34,39	1,76
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150/7	2,70	3,18	15,19	100,17	2,77
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,88	25,65	153,48	0,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60/20	15,83	10,36	6,44	182,22	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,04	2,50	3,00	0,00
Итого			575	23,08	20,48	59,95	500,35	4,53
Полдник								
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	3,02	3,37	12,32	126,77	4,67
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,20	0,98	45,83	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			360	5,29	4,98	42,78	310,65	4,67
Всего				37,94	33,45	178,46	1 220,37	11,31

Калькулятор

Утверждаю

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

29 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,82	5,75	27,26	176,02	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	5,44	21,89	0,01
2008		БАТОН	42	3,38	0,42	20,77	100,67	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			432	9,50	9,11	75,79	423,68	0,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			104	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,82	3,05	5,15	51,74	2,86
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,22	3,55	18,12	117,43	3,30
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,72	4,68	30,26	182,14	0,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60/30	18,69	12,24	7,46	214,85	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,04	2,50	3,00	0,00
Итого			598	27,45	24,56	72,20	603,99	5,96
Полдник								
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180/10	3,01	3,87	14,21	131,93	5,53
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	5,92	23,82	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,26	0,29	1,44	69,09	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			439	7,09	5,57	44,07	334,64	5,54
Всего				44,54	39,34	201,96	1 405,31	13,51

Калькулятор

Утверждаю

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

29 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,40	7,11	31,57	216,41	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,05	28,36	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	42/10	3,43	8,67	20,85	175,47	0,00
Итого			412	9,87	15,78	59,47	420,24	0,48
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			104	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,82	3,05	5,18	51,77	2,88
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,20	5,72	18,11	136,79	3,31
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	3,99	30,28	176,12	0,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/30	19,08	15,52	7,90	248,14	0,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	0,00	1,56	3,75	4,50	0,00
Итого			718	27,83	29,84	73,89	652,15	5,99
Полдник								
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180/10	4,62	4,14	16,12	166,23	5,69
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,82	2,28	12,28	81,52	0,49
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,26	0,29	1,44	69,09	0,00
2008		ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			419	10,88	7,65	44,84	390,04	6,18
Всего				49,88	53,37	188,10	1 505,43	14,65

Калькулятор _____ С.В. Пыжов

Утверждаю

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

29 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,33	5,96	26,27	180,51	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32/10	2,57	8,57	15,55	140,77	0,00
Итого			342	7,94	14,53	47,71	353,99	0,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,55	44,94	2,09
Итого			104	0,52	0,10	10,55	44,94	2,09
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,54	2,02	3,42	34,49	1,77
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,76	4,81	15,09	114,83	2,76
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,36	25,61	148,74	0,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60/30	15,28	11,47	5,02	184,88	0,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,04	2,50	3,00	0,00
Итого			578	22,59	22,70	58,42	513,03	4,54
Полдник								
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	4,30	3,52	13,84	152,24	4,79
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,35	1,90	10,25	67,92	0,41
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,20	0,96	45,83	0,00
2008		ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			350	9,33	6,56	40,05	339,19	5,20
Всего				40,35	43,89	156,73	1 251,15	12,23

Калькулятор _____ С.В. Пыжов