

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

И.М. Шаболина

МЕНЮ

2 июля 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4.52	6.03	21.47	158.01	0.00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0.20	0.00	6.85	28.19	0.00
2008		БАТОН	34	2.72	0.34	10.69	80.92	0.00
2012	213	ЯИЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2.49	2.26	0.14	30.82	0.00
Итого			354	9.93	8.63	45.15	297.94	0.00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0.56	0.11	11.31	48.16	2.24
Итого			112	0.56	0.11	11.31	48.16	2.24
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.53	2.99	3.32	42.41	1.65
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1.26	2.17	10.07	65.12	4.01
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	110	12.43	4.74	25.99	196.42	0.00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	12.57	11.79	4.58	194.01	0.50
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0.00	0.00	6.78	27.09	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0.00	1.08	2.60	3.12	0.00
Итого			550	26.89	22.77	53.34	528.17	6.16
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2.63	11.94	16.00	182.90	10.85
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.00	0.00	6.98	28.25	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2.31	0.30	1.47	70.50	0.00
2008		ПРЯНИКИ	30	1.77	1.41	22.50	109.80	0.00
Итого			355	6.71	13.65	46.95	391.45	10.85
Всего				44.09	45.16	156.75	1 265.72	19.25

Кулинарный

С.В. Пустов

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

2 июля 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,52	6,03	21,96	159,85	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,20	0,00	7,82	32,06	0,00
2008		БАТОН	45	3,62	0,45	22,23	107,78	0,00
2012	213	РЫЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2,48	2,26	0,14	30,82	0,00
Итого			395	10,83	8,74	52,15	330,59	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			111	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,78	4,48	4,88	63,23	2,42
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,51	2,22	11,99	74,19	4,80
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	14,55	5,86	30,42	202,70	0,00
2011	5/9	БИТОНКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	16,89	15,10	6,09	251,81	0,06
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,08	2,60	3,12	0,00
Итого			670	33,73	28,74	64,69	659,88	7,88
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,09	13,94	18,61	213,24	13,03
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,08	0,40	1,98	94,00	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	108,80	0,00
Итого			420	7,94	15,75	51,47	451,04	13,03
Всего				53,00	53,33	178,21	1 484,51	22,91

Калькулятор _____ С.В. Пучков

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

/М. Н. Шабалина/

МЕНЮ

2 июля 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,55	6,92	30,63	211,25	0,5
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,70	2,17	12,07	79,22	0,46
2008		БАТОН	45	3,62	0,45	22,23	107,78	0,00
2012	213	ЯИЦО ОТВАРНОЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,56	0,00
Итого			425	15,34	11,78	65,07	428,79	0,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			111	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,79	4,48	4,90	63,38	2,43
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,80	5,38	12,11	104,47	4,80
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	130/5	14,62	5,03	30,56	225,96	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	17,48	15,62	7,07	262,97	0,77
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
	1К №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,62	3,91	4,69	0,00
Итого			695	34,70	32,13	71,13	711,78	8,00
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,43	15,00	19,19	226,71	13,01
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,35	2,83	11,31	85,04	0,57
	1К №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,31	0,30	1,47	70,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	3,91	3,76	39,20	206,10	0,06
Итого			440	13,00	21,89	71,17	588,35	13,63
Всего				63,54	65,90	217,37	1.775,92	24,61

С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
Т. Н. Шабалина

МЕНЮ

2 июля 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,44	5,76	25,50	178,10	0,43
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,25	1,80	10,07	66,01	0,39
2008		БАТОН	34	2,72	0,34	16,67	80,81	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,56	0,00
Итого			354	12,88	10,14	52,38	353,48	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
Итого			111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,53	2,99	3,26	42,21	1,62
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,49	4,46	10,08	86,90	4,01
2001	106	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	110/5	12,48	4,87	26,03	197,82	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	13,14	11,73	5,28	197,26	0,58
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,00	1,62	3,91	4,69	0,00
Итого			375	27,62	25,67	55,34	555,97	6,21
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2,85	12,40	15,99	188,02	10,82
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,80	2,36	9,36	70,64	0,48
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,54	0,20	0,98	47,00	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	3,90	3,78	39,15	205,98	0,05
Итого			375	11,09	18,74	65,47	511,64	11,35
Всего				52,15	54,66	184,17	1113,87	20,60

С. В. Пустовая