

Утверждаю

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

3 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,36	0,23	25,69	151,94	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	5,69	23,71	0,01
2008		БАТОН	34	2,75	0,34	16,87	81,75	0,00
Итого			234	7,15	0,57	44,65	257,40	0,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,56	0,11	11,38	48,46	2,25
Итого			113	0,56	0,11	11,38	48,46	2,25
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,61	1,98	3,71	35,35	5,65
2008	76	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,32	3,13	9,22	70,61	3,91
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	3,67	15,67	105,20	7,59
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	6,89	5,11	0,49	93,10	0,06
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,05	2,52	3,02	0,00
Итого			549	11,15	14,94	38,88	336,31	17,43
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,44	25,61	149,47	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	20	0,38	1,78	1,54	23,80	1,40
2011	13/10	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,30	1,88	10,17	67,12	0,40
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,21	0,29	1,41	67,45	0,00
2008		ПРЯНИЦА	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			329	10,06	6,31	53,73	381,04	1,80
Всего				28,94	28,93	148,64	1 023,21	21,18

С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

3 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,25	5,07	18,80	128,96	0,0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	4,56	18,62	0,02
2008		БАТОН	34	2,75	0,34	16,87	81,75	0,00
Итого			334	5,10	5,41	40,23	229,33	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,56	0,11	11,38	48,46	2,25
Итого			113	0,56	0,11	11,38	48,46	2,25
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,61	1,98	3,72	35,42	5,86
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	150	1,18	3,07	9,03	68,54	3,88
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	1,82	3,77	14,85	100,66	7,51
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТЧКИ РЫБНЫЕ	55	6,88	5,31	0,49	95,13	0,08
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,05	2,52	3,02	0,00
Итого			544	10,49	15,18	37,38	329,86	17,33
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,37	4,39	28,04	169,30	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	20	0,38	1,78	1,54	23,80	1,40
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,96	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	38	2,96	0,39	1,89	90,48	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,50	94,40	0,00
Итого			348	10,51	10,16	52,95	406,23	1,40
Всего				26,66	30,86	142,96	1 013,88	21,00

С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 18

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

3 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,70	6,07	22,36	153,97	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,53	22,49	0,02
2008		БАТОН	46	3,56	0,46	22,49	109,03	0,00
Итого			406	6,48	6,53	50,38	285,49	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			113	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,97	5,52	52,92	8,74
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	180	1,43	3,59	10,70	60,76	4,68
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,15	4,80	17,55	122,16	8,58
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	9,19	6,90	0,67	125,44	0,10
2012	370	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,05	2,52	3,02	0,00
Итого			664	13,57	19,31	45,57	419,13	22,40
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44	5,49	34,88	210,81	0,00
2008		ИКРА КАБАНКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,76	3,56	3,08	47,60	2,80
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,53	22,49	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	38	2,96	0,39	1,89	90,48	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			428	12,06	13,04	60,28	465,78	2,82
Всего				32,69	38,35	146,23	1 213,40	27,24

С. В. Пустовая

МЕНЮ

3 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,23	6,29	26,29	182,41	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,04	28,29	0,01
2008		БАТОН	48	3,66	0,46	22,49	109,03	0,00
Итого			406	8,93	6,75	55,82	319,73	0,48
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			113	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,97	5,53	53,01	8,76
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	180	1,62	3,96	11,11	86,73	4,69
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	4,36	18,52	124,67	8,97
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	9,17	6,82	0,66	124,14	0,10
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОМ	58	0,00	1,57	3,78	4,53	0,00
Итого			683	14,43	19,68	48,31	427,91	22,52
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,47	4,65	34,92	203,49	0,00
2008		ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,76	3,56	3,08	47,60	2,80
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,23	12,18	80,50	0,48
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	38	2,96	0,39	1,89	90,48	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			438	13,73	12,24	74,57	531,87	3,28
Всего				37,99	38,77	188,80	1372,51	28,28

Калории

Пустовая