

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

/М. Н. Шабалина/

МЕНЮ

9 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	169	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,83	5,75	27,31	176,30	0,0
2012	302	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/16	3,50	0,43	31,35	143,53	0,08
Итого			419	7,33	6,18	67,06	353,83	0,08
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	0,63	3,69	5,16	57,73	2,69
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,09	3,93	13,43	105,78	3,31
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,33	6,77	33,23	222,86	0,00
2011	59	БИТОНКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	17,01	15,12	6,17	255,62	0,66
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	30	0,17	1,64	1,13	19,94	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	0,00	1,16	2,80	3,35	0,00
Итого			708	29,43	32,31	79,63	790,11	6,66
Полдник								
2008	189	КАША МАИНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,60	4,45	21,04	133,65	0,00
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	16,00	66,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	44	3,39	0,44	2,10	103,40	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			434	10,19	10,29	41,49	447,04	0,00
Всего				47,45	48,89	121,18	1 543,98	8,74

Составитель

С.В. Пустовал

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

/М. Н. Шабалина/

МЕНЮ

9 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,20	4,96	22,80	148,55	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/16	2,65	0,32	26,12	118,14	0,08
Итого			348	5,85	5,28	55,96	295,20	0,08
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,50	44,72	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,50	44,72	2,08
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,55	2,96	3,45	40,51	1,81
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,43	3,23	11,23	87,84	2,76
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,19	5,82	28,06	189,15	0,00
2011	5/9	БЫТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	12,77	11,52	4,61	193,15	0,50
2008	380	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №380	30	0,17	1,64	1,13	19,94	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	0,00	1,16	2,80	3,35	0,00
Итого			583	23,11	26,03	58,66	561,03	5,07
Полдник								
2008	189	КАША МАИНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,23	4,73	18,85	126,17	0,00
	ТК№046	КОСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	33	2,57	0,33	1,63	78,33	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,00	0,00
Итого			363	9,00	10,46	57,83	403,09	0,00
Всего				38,48	41,87	182,35	1104,04	7,23

Хорошо

С.В. Пустовал

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

/М. Н. Шабалина/

МЕНЮ

9 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,28	5,90	26,18	179,38	0,38
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,24	1,88	9,56	64,63	0,41
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/16	2,65	0,32	26,12	118,14	0,08
Итого			348	10,17	8,10	61,86	362,15	0,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,50	44,72	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,50	44,72	2,08
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,55	2,51	3,43	38,99	1,00
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,44	2,73	11,24	83,41	2,76
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,24	5,06	28,35	183,91	0,00
2011	5/9	БИТЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	13,21	11,75	5,36	200,01	0,58
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,61	1,88	2,00	27,24	0,05
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	0,00	1,15	2,80	3,35	0,00
Итого			583	24,05	25,09	59,96	564,00	5,14
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	11,63	18,65	1,92	222,04	0,14
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	1,71	0,22	1,06	52,15	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			317	17,54	24,27	40,30	472,78	0,14
Всего				52,28	57,56	102,16	1.443,95	6,23

И. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

9 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,34	7,04	31,44	215,06	0,40
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,88	2,26	11,44	77,41	0,49
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/16	3,50	0,43	31,35	143,53	0,08
Итого			419	12,52	9,73	74,23	436,00	1,03
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 СОПЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	65	0,83	3,83	5,17	58,94	2,70
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,12	3,25	13,50	100,08	3,31
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,38	5,98	33,51	217,41	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	17,63	15,64	7,17	266,98	0,77
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,61	1,88	2,00	27,24	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	0,00	1,74	4,18	5,02	0,00
Итого			729	30,57	32,33	74,24	719,50	6,78
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,70	20,37	2,18	239,16	0,17
	ТХ№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	33	2,57	0,33	1,63	78,33	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			363	18,56	26,10	44,16	527,48	0,17
Всего				62,15	66,26	202,53	1 716,98	1,18

С. В. Пустовая