



МЕНЮ

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,68	6,11	19,26	151,12	0,38
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,23	1,78	10,03	65,58	0,38
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/10	2,63	0,32	22,41	103,24	0,05
Итого			342	9,54	8,21	51,70	319,94	0,81
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,37	3,01	3,64	47,14	1,78
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,92	2,20	9,83	79,19	3,79
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,90	8,96	0,58	138,44	0,00
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,59	1,84	1,96	26,70	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	1,00	2,41	2,89	0,00
Итого			617	19,80	21,78	68,76	561,89	60,57
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,00	4,95	19,99	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	1,68	0,22	1,07	51,31	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	3,81	1,54	26,69	135,44	0,00
Итого			372	11,39	13,46	54,16	421,24	10,51
Всего				41,23	43,55	184,72	1 346,07	73,89

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова



МЕНЮ

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,60	7,27	23,12	180,95	0,46
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,66	2,14	12,01	78,61	0,46
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/10	3,48	0,43	27,64	128,63	0,05
Итого			413	11,74	9,84	62,77	388,19	0,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,68	4,23	5,43	66,49	2,67
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5,90	2,69	11,81	95,47	4,55
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,12	3,99	32,68	178,57	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,87	11,94	0,78	184,53	0,00
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,59	1,84	1,96	26,70	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	0,00	1,50	3,60	4,33	0,00
Итого			715	23,65	26,39	72,00	632,24	73,22
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7,02	14,04	25,74	257,40	12,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	5,91	23,79	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	33	2,52	0,33	1,61	76,99	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	65	5,30	2,19	37,24	189,65	0,00
Итого			458	14,89	16,56	70,50	547,83	12,61
Всего				50,78	52,89	215,17	1 611,26	88,80

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

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

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,59	4,85	15,89	117,57	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,16	0,00	6,68	27,36	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/10	2,63	0,32	22,41	103,24	0,05
Итого			342	5,38	5,17	44,98	248,17	0,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,38	3,05	3,64	47,57	1,79
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,91	2,68	9,81	83,29	3,79
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,58	3,92	27,28	154,72	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,88	9,28	0,55	140,89	0,00
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	30	0,17	1,64	1,13	19,94	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,72	61,98	55,74
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	1,00	2,41	2,89	0,00
Итого			577	18,34	21,74	57,54	511,28	61,32
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	44	3,36	0,44	2,14	102,62	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	3,84	1,76	26,90	138,62	0,00
Итого			394	13,05	13,90	57,47	483,99	10,50
Всего				37,27	40,91	170,09	1 286,44	73,87

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

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

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,10	5,76	19,14	140,74	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,16	0,00	7,97	32,52	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/10	3,48	0,43	27,64	128,63	0,05
Итого			413	6,74	6,19	54,75	301,89	0,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,38	3,05	3,64	47,57	1,79
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5,89	3,08	11,81	99,02	4,56
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,06	4,64	32,30	183,13	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,85	12,58	0,75	189,90	0,00
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	30	0,17	1,64	1,13	19,94	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	1,00	2,41	2,89	0,00
Итого			677	22,84	26,19	67,78	618,60	72,35
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7,02	14,04	25,74	257,40	12,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	44	3,36	0,44	2,14	102,62	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	3,84	1,76	26,90	138,62	0,00
Итого			454	14,22	16,24	63,18	532,64	12,60
Всего				44,30	48,72	195,61	1 496,13	87,00

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова