

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

МЕНЮ
20 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	4,72	6,22	19,33	152,69	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/8	2,61	0,32	20,86	97,02	0,04
Итого			340	7,37	6,54	46,08	273,42	0,44
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,37	3,24	36,41	1,52
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,19	2,93	5,30	52,92	7,21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,57	25,61	150,68	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	20,17	10,41	5,86	198,14	0,52
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	50	1,31	5,56	5,45	77,77	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			603	27,23	26,00	55,04	546,36	9,25
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	3,24	10,60	24,60	207,14	11,34
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	32	2,48	0,32	1,58	75,83	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,27	1,82	10,11	66,42	0,39
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			352	10,79	16,34	51,19	443,79	11,73
Всего				45,89	48,98	162,41	1 306,57	23,42

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

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

МЕНЮ
20 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	5,65	7,42	23,21	182,81	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,04	28,29	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/8	3,47	0,43	26,13	122,56	0,04
Итого			411	9,16	7,85	56,38	333,66	0,52
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,54	4,87	54,57	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,41	3,51	6,36	63,29	8,65
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	4,15	30,26	177,53	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	26,88	13,78	7,83	263,46	0,70
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	50	1,31	5,56	5,45	77,77	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	0,00	1,75	4,21	5,05	0,00
Итого			745	35,16	32,29	67,69	676,50	11,63
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,90	12,68	29,54	248,55	13,61
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,72	2,19	12,11	79,69	0,47
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	43	3,31	0,43	2,11	101,05	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			423	12,73	18,90	58,66	523,69	14,08
Всего				57,55	59,14	192,63	1 576,85	28,23

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
/М. Н. Шабалина/**МЕНЮ**
20 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	2,92	15,89	100,13	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/8	2,61	0,32	20,86	97,02	0,04
Итого			340	5,20	3,24	43,73	225,40	0,04
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,30	3,24	35,82	1,52
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,04	2,06	5,10	43,47	7,18
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,99	4,03	25,53	154,38	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	19,34	9,29	4,45	178,88	0,36
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	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	25,09	20,48	49,03	462,93	9,06
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	2,60	7,93	20,42	163,64	9,45
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	32	2,48	0,32	1,58	75,83	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			352	7,88	11,85	43,88	362,12	9,45
Всего				38,67	35,67	146,74	1 093,45	20,55

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
/М. Н. Шабалина/**МЕНЮ**
20 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	3,82	19,14	123,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	7,24	29,19	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/8	3,47	0,43	26,13	122,56	0,04
Итого			411	6,64	4,25	52,51	275,05	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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,61	4,87	55,20	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,24	2,41	6,11	51,58	8,63
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	4,76	30,31	183,13	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	25,69	12,15	5,78	235,49	0,48
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			703	32,66	25,73	59,71	583,52	11,39
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,10	9,62	24,39	196,95	11,34
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	43	3,31	0,43	2,11	101,05	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			443	9,28	13,65	47,35	416,43	11,35
Всего				49,08	43,73	169,47	1 318,00	24,79

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова