

Утверждаю

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

23 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	5,26	5,73	26,14	177,55	0,38
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,22	1,87	9,53	64,27	0,41
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	33/15	2,67	0,33	26,19	118,56	0,08
Итого			348	10,15	7,93	61,86	360,38	0,87
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 СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,56	2,51	3,44	39,03	1,80
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,43	2,59	11,24	82,19	2,76
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,24	5,06	28,35	183,91	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	13,10	11,73	5,29	196,46	0,58
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,38	1,12	2,35	21,23	0,81
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	0,00	1,17	2,83	3,39	0,00
Итого			584	23,71	24,18	60,28	553,30	5,95
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	11,60	18,40	1,89	219,71	0,14
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	19	1,49	0,19	0,95	45,36	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			314	17,29	23,99	40,19	463,66	0,14
Всего				51,65	56,20	172,43	1 420,34	8,96

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

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

23 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	6,29	6,80	31,40	212,78	0,46
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,66	2,24	11,40	76,99	0,49
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/15	3,54	0,43	31,53	144,47	0,08
Итого			418	12,49	9,47	74,33	434,24	1,03
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 СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	65	0,83	3,82	5,19	58,90	2,70
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,12	3,12	13,49	98,74	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	17,45	15,62	7,05	261,92	0,77
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,38	1,17	2,36	21,81	0,81
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	0,00	1,76	4,23	5,07	0,00
Итого			730	30,16	31,47	74,54	698,68	7,59
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,75	20,09	2,15	236,50	0,17
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,23	0,29	1,42	68,15	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			359	18,18	25,78	43,92	514,64	0,17
Всего				61,33	66,82	202,69	1 690,56	10,79

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

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

23 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	3,18	4,63	22,85	145,74	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	33/15	2,67	0,33	26,19	118,56	0,08
Итого			348	5,85	4,96	56,08	292,81	0,08
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 СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,56	2,51	3,43	39,01	1,80
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,42	3,23	11,21	87,73	2,75
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,24	5,51	28,25	187,25	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	60	12,68	11,36	4,55	188,46	0,50
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,38	1,12	2,35	21,23	0,81
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	0,00	1,17	2,83	3,39	0,00
Итого			584	23,28	24,90	59,40	554,16	5,86
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,25	5,07	18,80	128,96	0,00
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,23	0,29	1,42	68,15	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			359	8,68	10,76	57,57	395,70	0,00
Всего				38,31	40,72	183,15	1 285,67	7,94

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова

Утверждаю

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

23 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,85	5,75	27,43	176,88	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	43/15	3,54	0,43	31,53	144,47	0,08
Итого			418	7,39	6,18	67,36	355,35	0,08
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 СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	65	0,83	4,02	5,19	60,76	2,71
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,13	3,78	13,49	104,73	3,30
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,33	6,77	33,23	222,86	0,00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	16,85	15,10	6,06	250,68	0,66
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,38	1,12	2,35	21,23	0,81
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	0,00	1,17	2,83	3,39	0,00
Итого			709	29,52	31,96	71,86	698,48	7,48
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,60	4,13	21,20	131,40	0,00
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	39	3,00	0,39	1,91	91,65	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			429	9,80	9,92	63,46	433,04	0,00
Всего				47,21	48,16	212,58	1 529,87	9,56

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова