



Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

11 августа 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 "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,76	7,35	23,39	183,31	0,49
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,82	2,28	12,28	81,64	0,49
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	398	3,13	0,39	24,01	112,28	0,04
Итого			407	11,71	10,02	59,68	377,23	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,75	4,22	5,60	67,39	2,78
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОМ	180	5,90	2,96	11,81	85,25	4,55
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,12	3,99	32,88	178,57	0,00
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,75	11,89	0,70	180,44	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ №368	30	0,61	1,89	2,02	27,51	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОМ	57	0,00	1,53	3,68	4,42	0,00
Итого			717	23,62	26,38	72,23	629,73	73,33
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7,02	14,04	25,74	257,40	12,60
2012	362	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,90	23,71	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	2,25	0,29	1,43	68,70	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	70	5,78	2,25	40,29	204,27	0,00
Итого			459	15,09	16,58	73,36	554,08	12,61
Всего				50,92	53,08	215,17	1 604,04	88,96

Калькулятор _____ С. В. Пустовая

МДОУ "Детский сад № 18"



МЕНЮ 11 августа 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 "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,10	5,83	19,07	141,07	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,18	0,00	7,91	32,34	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	39/8	3,13	0,39	24,01	112,28	0,04
Итого			407	6,41	6,22	50,99	285,69	0,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,43	3,11	3,75	48,73	1,85
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОМ	180	5,89	3,22	11,76	99,86	4,55
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,07	4,71	32,45	184,37	0,00
2008	288	БИТЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,75	12,45	0,67	185,19	0,00
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	30	0,18	1,77	1,22	21,52	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,02	2,46	2,95	0,00
Итого			678	22,81	26,48	68,05	618,77	72,40
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7,02	14,04	25,74	257,40	12,60
2012	362	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	39	3,02	0,39	1,92	92,12	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	4,13	1,66	28,91	146,90	0,00
Итого			449	14,17	16,09	64,97	530,42	12,60
Всего				43,89	48,89	193,91	1 477,88	87,04

Калькулятор _____ С. В. Пустовая

МДОУ "Детский сад № 18"



МЕНЮ 11 августа 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 "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,81	6,13	19,41	152,49	0,41
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,36	1,90	10,26	66,06	0,41
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	29/8	2,35	0,29	19,25	89,18	0,04
Итого			337	9,52	8,32	48,92	309,73	0,86
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,51	0,10	10,23	43,57	2,03
Итого			101	0,51	0,10	10,23	43,57	2,03
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,41	3,02	3,75	47,91	1,85
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,93	2,16	9,83	78,71	3,79
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2008	288	БИТЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,81	6,87	0,51	134,82	0,00
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,81	1,89	2,02	27,51	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,02	2,46	2,95	0,00
Итого			618	19,78	21,73	68,91	559,43	60,64
Полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50
2012	362	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,03	0,00	4,91	19,75	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,20	0,96	45,83	0,00
1986	112	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	4,14	1,64	28,82	146,35	0,00
Итого			370	11,52	13,54	56,14	426,43	10,51
Всего				41,33	43,69	164,20	1 339,16	74,04

Калькулятор _____ С.В. Пустовая