

МЕНЮ 13 августа 2026 г.

Если 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5.43	9.75	25.38	175.43	0.43
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2.25	1.00	10.07	65.96	0.39
2008		БАТОН	29	2.32	0.29	14.24	69.02	0.00
2012	213	ЯИЦО ОТВАРНОЕ	20	2.44	2.21	0.14	30.24	0.00
Итого			349	12.44	10.05	49.83	340.65	0.82
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0.52	0.10	10.45	44.48	2.07
Итого			103	0.52	0.10	10.45	44.48	2.07
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0.34	4.04	1.07	41.94	4.27
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1.46	4.14	9.76	82.69	4.09
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	110/5	12.46	4.87	26.03	197.82	0.00
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	40	8.05	7.41	5.25	136.11	0.36
2012	376	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0.00	0.00	6.78	27.09	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0.00	1.35	3.25	3.90	0.00
Итого			550	22.31	21.81	52.14	489.55	8.72
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2.81	12.01	15.96	193.99	10.82
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2.79	2.36	9.36	70.55	0.48
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	18	1.39	0.18	0.88	42.30	0.00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	3.87	3.70	39.55	195.22	0.04
Итого			373	10.86	18.31	62.75	492.06	11.34
Всего				46.13	50.27	175.17	1366.74	22.95

Калькулятор _____ С. В. Пустовая

МНОВ "Демократия сәбі № 18"

Утварицдаю

Заведующий _____

МАЛОУЗНИТСКИЙ САД № 18*

В. Н. Шадриков

MEHIO

13 августа 2026 г.

Аллергик Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4.50	5.83	21.74	157.22	0.00
2011	131/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0.18	0.00	7.91	32.34	0.00
2008		БАТОН	38	3.00	0.39	18.95	91.85	0.00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ, 1/2	20	2.44	2.21	0.14	30.20	0.00
Итого			388	10.21	8.43	48.74	311.61	0.00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0.50	0.10	9.90	43.00	2.00
Итого			103	0.50	0.10	9.90	43.00	2.00
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0.51	6.06	1.60	62.90	6.40
2012	78	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1.58	2.21	11.51	72.65	4.91
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	14.62	5.67	30.58	233.57	0.00
2011	5/9	БЫТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	55	10.09	9.34	6.02	189.97	0.37
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0.00	0.00	8.71	34.83	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	0.00	0.90	2.17	2.61	0.00
Итого			648	26.80	24.37	60.57	576.53	11.68
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3.26	13.97	19.60	218.21	13.45
2012	362	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.00	0.00	8.40	34.00	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	36	2.76	0.36	1.75	84.13	0.00
2008		ПРЯНИКИ	30	1.77	1.41	22.50	109.80	0.00
Итого			426	7.79	15.74	52.25	446.14	13.45
Всего				45.30	48.64	171.46	1 377.28	27.13

Калькулятор С.В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

Т/М Н. Шабалина

МЕНЮ

13 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,54	6,82	30,61	211,22	0,52
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,70	2,17	12,07	79,22	0,46
2008		БАТОН	39	3,09	0,39	18,95	81,85	0,00
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	20	2,44	2,21	0,14	30,23	0,00
Итого			419	14,77	11,69	61,77	412,52	0,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,51	6,05	1,60	62,89	6,39
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,75	5,07	11,73	100,07	4,90
2001	108	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	130/5	14,62	5,03	30,56	225,95	0,00
2011	5/9	БЫТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	55	10,70	9,85	7,00	181,16	0,48
2012	376	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	1,35	3,25	3,90	0,00
Итого			670	27,58	27,35	66,72	624,26	11,77
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,38	14,58	19,12	222,37	13,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,35	2,82	11,31	85,06	0,57
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	2,08	0,27	1,32	60,36	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	3,86	3,74	36,58	195,17	0,04
Итого			437	12,67	21,41	68,33	565,96	13,61
Всего				55,52	60,55	206,72	1 645,76	28,36

Калькулятор _____ С. В. Пустовал