

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

/М. Н. Шабалина/

МЕНЮ 26 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	8,37	6,57	30,90	206,59	0,46
2011	141/10	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,35	2,81	11,29	94,82	0,57
2008		БАТОН	44	3,56	0,45	21,85	105,91	0,00
Итого			404	13,28	9,83	64,04	399,32	1,03
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	6,04	1,36	61,58	5,46
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	180	1,61	3,84	11,10	85,57	4,69
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,35	18,49	124,38	6,97
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	9,06	6,79	0,58	120,52	0,10
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	0,00	1,57	3,77	4,52	0,00
Итого			683	14,32	22,79	51,64	472,72	85,22
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,74	20,12	2,14	236,70	0,17
	ТЮ№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	66,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	34	2,62	0,34	1,67	79,90	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			384	18,56	25,86	44,16	526,59	0,17
Всего				46,68	59,00	171,38	1 459,73	99,42

Калькулятор

С.В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 18"

М. Н. Шабалина

МЕНЮ

26 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,89	5,29	26,81	170,24	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,03	0,00	5,23	21,04	0,01
2008		БАТОН	44	3,56	0,45	21,85	105,91	0,00
Итого			404	7,48	5,74	53,89	297,19	0,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	6,04	1,36	61,58	5,45
2008	78	СВЕКОЛЬНИК	180	1,43	3,74	10,84	82,81	4,67
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,15	4,63	17,54	120,64	8,88
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	9,06	6,73	0,58	119,85	0,10
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	0,00	1,57	3,77	4,52	0,00
Итого			683	13,57	22,91	49,83	465,55	85,10
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,40	7,08	26,07	189,27	0,00
	TK№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	34	2,62	0,34	1,67	79,90	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			414	10,82	11,02	60,64	431,96	0,00
Всего				32,39	40,19	177,10	1 255,79	98,11

Калькулятор _____ С.В. Пустовая

МДОУ "Детский сад № 18"



МЕНЮ 26 августа 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,24	4,25	22,00	139,04	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
2008		БАТОН	33	2,64	0,33	16,20	78,54	0,00
Итого			333	6,07	4,58	43,45	239,34	0,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,00
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	6,04	1,36	61,54	5,43
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	150	1,18	3,07	9,01	68,53	3,88
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	1,81	4,24	14,60	104,79	7,49
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	6,78	5,29	0,43	91,71	0,08
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,43	0,17	12,87	62,90	57,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,05	2,54	3,04	0,00
Итого			564	10,61	19,86	41,01	392,51	74,08
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,52	6,03	21,47	158,01	0,00
	TK№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	34	2,62	0,34	1,67	79,90	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			354	9,94	9,97	53,04	389,30	0,00
Всего				27,14	34,93	190,27	1 082,37	87,15

Калькулятор

С. В. Пустовая

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 18"
И.И. Шабалина**МЕНЮ**
26 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	186	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,32	5,49	25,76	173,92	0,38
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,78	2,35	9,34	70,38	0,47
2008		БАТОН	33	2,67	0,33	16,37	79,33	0,00
Итого			333	10,77	8,17	51,47	323,63	0,85
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,29	4,04	0,91	41,06	3,65
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	150	1,32	3,20	9,24	71,27	3,91
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	3,72	15,65	105,45	7,60
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	6,79	5,13	0,44	90,69	0,08
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПРОДОВ. ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,04	2,51	3,02	0,00
Итого			544	11,13	17,30	41,39	373,02	70,24
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,77	16,77	1,79	197,19	0,14
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	26	1,96	0,26	1,25	59,93	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			306	15,93	22,43	40,39	455,71	0,14
Всего				38,35	48,42	145,99	1 213,45	84,23

Калькулятор _____ С.В. Пустовая