

МДОУ "Детский сад № 18"



МЕНЮ

31 августа 2028 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	4,77	6,21	19,56	153,64	0,40
2012	382	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	31/7	2,53	0,31	20,16	93,76	0,04
Итого			338	7,34	6,52	45,61	271,11	0,45
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,49	0,10	9,98	42,47	1,98
Итого			99	0,49	0,10	9,98	42,47	1,98
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,37	3,24	36,39	1,52
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,18	2,77	5,30	51,38	7,22
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,53	25,61	150,19	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	14,22	8,42	5,48	154,76	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	27,08	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	0,99	2,39	2,87	0,00
Итого			587	21,27	23,64	54,26	500,45	9,26
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	3,24	10,51	24,65	206,63	11,35
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,31	1,88	10,21	67,32	0,40
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	33	2,54	0,33	1,62	77,55	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			353	10,89	16,30	51,38	445,90	11,75
Всего				39,99	46,56	161,23	1 259,93	23,44

Калькулятор

С. В. Пустовая



МЕНЮ
31 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	3,69	19,07	121,89	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,05	28,36	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	42/7	3,35	0,42	25,22	118,30	0,04
Итого			409	6,49	4,11	51,34	268,55	0,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
2008	64	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,24	2,48	6,11	52,14	6,64
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,71	4,82	30,23	183,29	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	17,72	9,39	5,35	177,03	0,48
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	30	0,18	1,77	1,22	21,52	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	0,99	2,39	2,87	0,00
Итого			682	24,68	23,00	58,86	626,29	11,40
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,12	9,50	24,51	196,34	11,34
2012	382	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	44	3,39	0,44	2,16	103,47	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			444	9,35	13,54	47,46	417,92	11,35
Всего				41,82	40,75	167,58	1 255,76	24,80

Калькулятор

С. В. Пустовая



МЕНЮ 31 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,63	3,26	16,09	104,17	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	31/7	2,51	0,31	19,79	92,19	0,00
Итого			338	5,14	3,57	42,86	224,61	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,90	42,14	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,90	42,14	1,96
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,98	3,27	33,02	1,53
2008	64	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,04	2,06	5,16	43,73	7,25
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,95	4,35	25,31	156,19	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	13,38	6,66	4,31	130,72	0,37
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	35	0,21	1,97	1,36	23,92	0,00
2012	376	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	1,00	2,41	2,89	0,00
Итого			572	19,13	18,02	48,60	417,56	9,15
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	2,57	8,25	20,20	165,47	9,45
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	33	2,54	0,33	1,62	77,55	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			353	7,91	12,18	43,70	365,67	9,45
Всего				32,67	33,87	145,06	1 049,98	20,59

Калькулятор _____ С. В. Пустовая



МЕНЮ 31 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	5,89	7,30	23,28	182,19	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,05	28,36	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	427	3,35	0,42	25,22	118,30	0,04
Итого			409	9,08	7,72	55,55	328,85	0,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,41	3,31	6,34	61,40	8,65
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	3,89	30,26	176,12	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	18,92	11,13	7,33	206,67	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	55	0,00	1,49	3,59	4,31	0,00
Итого			720	27,20	29,03	66,55	614,71	11,63
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,90	12,57	29,52	247,35	13,61
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,23	12,19	80,50	0,48
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	44	3,39	0,44	2,16	103,47	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			424	12,86	18,84	58,77	525,72	14,09
Всего				49,64	55,69	190,77	1 512,28	26,25

Калькулятор _____ С. В. Пустовая