

Утверждаю

и. о.Заведущего



/Е.В Тельминова/

**МЕНЮ**  
**18 августа 2026 г.**

**Ясли 10 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2001                          | 30                  | КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                                 | 150   | 4,9               | 7,4     | 17               | 156                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 127                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                 | 170   | 2,6               | 2,6     | 11,4             | 80                                       | 0,4                   |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА                                                     | 25    | 1,7               | 0,3     | 13,3             | 58                                       | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                                            | 5     |                   | 4,1     |                  | 37                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 350   | 9,2               | 14,4    | 41,7             | 331                                      | 1                     |
| Обед                          |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                            | 30    | 0,2               |         | 0,5              | 4                                        | 1,3                   |
| 2008                          | 68                  | СУП С КЛЕЦКАМИ                                                             | 150   | 2,3               | 2,4     | 12               | 78                                       | 1,8                   |
| 2008                          | 77                  | КОТЛЕТА МЯСНАЯ                                                             | 60    | 8,5               | 11,2    | 6,3              | 161                                      | 0                     |
| 2008                          | 74                  | РАГУ ОВОЩНОЕ                                                               | 130   | 2,5               | 3,2     | 14,1             | 98                                       | 12,3                  |
| 2013                          | 131                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И<br>ЧЕРНОСЛИВА                                           | 150   | 0,3               |         | 10,1             | 42                                       | 0,1                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА                                                  | 15    | 1,1               | 0,1     | 6,8              | 33                                       | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА                                                       | 15    | 1,1               | 0,2     | 6,6              | 32                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 550   | 16                | 17,1    | 56,4             | 448                                      | 15,5                  |
| Полдник                       |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2001                          | 11                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ И СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С<br>РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 30    | 0,5               | 2,2     | 1,4              | 29                                       | 10,9                  |
| 2008                          | 122                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                              | 150   | 0,1               |         | 6,7              | 27                                       | 0                     |
| 2013                          | 50                  | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                              | 52    | 6,5               | 5,8     | 0,4              | 80                                       | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА                                                       | 15    | 1,1               | 0,2     | 6,6              | 32                                       | 0                     |
|                               |                     | СОЛЬ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ОВОЩЕЙ                                                  | 10    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 257   | 8,2               | 8,2     | 15,1             | 168                                      | 10,9                  |
| Всего                         |                     |                                                                            |       | 33,4              | 39,7    | 113,2            | 947                                      | 27,4                  |

Утверждаю

и. о.Заведущего

 /Е.В Тельминова/

**МЕНЮ**  
**18 августа 2026 г.**

**Сад 10 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2001                          | 30                  | КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                                 | 200   | 6,9               | 10      | 23,8             | 213                                      | 0,8                   |
| 2001                          | 29/2                | КАША РИСОВАЯ<br>БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)                                    | 200   | 1,4               | 4,1     | 18,3             | 115                                      | 0                     |
| 2008                          | 127                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                 | 200   | 3                 | 3,1     | 13,5             | 95                                       | 0,5                   |
| 2008                          | 131                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И<br>ЧЕРНОСЛИВА (аллергики)                               | 180   | 0,4               |         | 12,4             | 51                                       | 0,1                   |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА                                                     | 25    | 1,6               | 0,3     | 12,6             | 55                                       | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                                            | 5     |                   | 4       |                  | 36                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 430   | 11,5              | 17,4    | 49,9             | 399                                      | 1,3                   |
| Обед                          |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                            | 30    | 0,2               |         | 0,5              | 4                                        | 1,3                   |
| 2008                          | 68                  | СУП С КЛЕЦКАМИ                                                             | 200   | 3                 | 2,9     | 16,2             | 104                                      | 2,4                   |
| 2008                          | 77                  | КОТЛЕТА МЯСНАЯ                                                             | 80    | 11,4              | 14,9    | 8,4              | 214                                      | 0                     |
| 2008                          | 74                  | РАГУ ОВОЩНОЕ                                                               | 150   | 3                 | 3,7     | 16,3             | 113                                      | 14,4                  |
| 2013                          | 131                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И<br>ЧЕРНОСЛИВА                                           | 180   | 0,4               |         | 12,3             | 51                                       | 0,1                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА                                                       | 25    | 1,7               | 0,3     | 11               | 54                                       | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА                                                  | 25    | 1,8               | 0,2     | 11,3             | 55                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 690   | 21,5              | 22      | 76               | 595                                      | 18,2                  |
| Полдник                       |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2001                          | 11                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ И СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60    | 1                 | 4,4     | 2,9              | 56                                       | 22                    |
| 2008                          | 122                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                              | 180   | 0,1               |         | 8                | 32                                       | 0                     |
| 2013                          | 50                  | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                              | 52    | 6,5               | 5,8     | 0,4              | 80                                       | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА                                                       | 15    | 1,1               | 0,2     | 6,6              | 32                                       | 0                     |
|                               |                     | СОЛЬ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ОВОЩЕЙ                                                  | 10    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 317   | 8,7               | 10,4    | 17,9             | 200                                      | 22                    |
| Всего                         |                     |                                                                            |       | 41,7              | 49,8    | 143,8            | 1194                                     | 41,5                  |

Утверждаю

и. о.Заведущего

 /Е.В Тельминова/

**МЕНЮ**  
**18 августа 2026 г.**

**Сад 10 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2001                          | 30                  | КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                                 | 200   | 6,9               | 10      | 23,8             | 213                                      | 0,8                   |
| 2001                          | 29/2                | КАША РИСОВАЯ<br>БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергии)                                     | 200   | 1,4               | 4,1     | 18,3             | 115                                      | 0                     |
| 2008                          | 127                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                 | 200   | 3                 | 3,1     | 13,5             | 95                                       | 0,5                   |
| 2008                          | 131                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И<br>ЧЕРНОСЛИВА (аллергии)                                | 180   | 0,4               |         | 12,4             | 51                                       | 0,1                   |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА                                                     | 25    | 1,6               | 0,3     | 12,6             | 55                                       | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                                            | 5     |                   | 4       |                  | 36                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 430   | 11,5              | 17,4    | 49,9             | 399                                      | 1,3                   |
| Обед                          |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                            | 30    | 0,2               |         | 0,5              | 4                                        | 1,3                   |
| 2008                          | 68                  | СУП С КЛЕЦКАМИ                                                             | 200   | 3                 | 2,9     | 16,2             | 104                                      | 2,4                   |
| 2008                          | 77                  | КОТЛЕТА МЯСНАЯ                                                             | 80    | 11,4              | 14,9    | 8,4              | 214                                      | 0                     |
| 2008                          | 74                  | РАГУ ОВОЩНОЕ                                                               | 150   | 3                 | 3,7     | 16,3             | 113                                      | 14,4                  |
| 2013                          | 131                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И<br>ЧЕРНОСЛИВА                                           | 180   | 0,4               |         | 12,3             | 51                                       | 0,1                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА                                                       | 25    | 1,7               | 0,3     | 11               | 54                                       | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА                                                  | 25    | 1,8               | 0,2     | 11,3             | 55                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 690   | 21,5              | 22      | 76               | 595                                      | 18,2                  |
| Полдник                       |                     |                                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2001                          | 11                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ И СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60    | 1                 | 4,4     | 2,9              | 56                                       | 22                    |
| 2008                          | 122                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                              | 180   | 0,1               |         | 8                | 32                                       | 0                     |
| 2013                          | 50                  | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                              | 52    | 6,5               | 5,8     | 0,4              | 80                                       | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА                                                       | 15    | 1,1               | 0,2     | 6,6              | 32                                       | 0                     |
|                               |                     | СОЛЬ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ОВОЩЕЙ                                                  | 10    |                   |         |                  |                                          | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                            | 317   | 8,7               | 10,4    | 17,9             | 200                                      | 22                    |
| Всего                         |                     |                                                                            |       | 41,7              | 49,8    | 143,8            | 1194                                     | 41,5                  |