

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

Ясли 12 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					
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ	150	5	5,7	19,2	148	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			8	30	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,6	2	16	88	0
Итого			320	6,6	7,7	43,2	266	0,4
			II Завтрак					
		ШОКОЛАД	20	1,9	6,7	9,8	108	0
Итого			20	1,9	6,7	9,8	108	0
			Обед					
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,8	5,4	6,1	94	8,7
2010	58	ПЛОВ	180	15	16,7	36,7	357	1,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,1		12,9	52	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,4	15,2	76	0
Итого			545	22,2	22,5	70,9	579	10
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	180	0,1		6,5	28	1
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,6	3	23,3	136	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7	30	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			500	10,9	7,7	52,2	326	1
Всего				41,6	44,6	176,1	1279	11,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

Сад 12 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					
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ	180	5,5	6,5	21,4	167	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,1	44	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,2	1,6	27,6	132	0
Итого			390	6,7	8,1	61,1	343	0,5
			II Завтрак					
		ШОКОЛАД	20	1,9	6,7	9,8	108	0
Итого			20	1,9	6,7	9,8	108	0
			Обед					
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	5,9	5,9	6,9	105	8,9
2010	58	ПЛОВ	180	15,9	17,5	36,7	368	1,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,1		15,4	63	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			605	24,9	23,8	78,1	628	10,2
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	180	0,1		6,5	28	1
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	17	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	90	16,2	14	0,4	192	0,1
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,8	4	30,3	176	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,4	42	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			565	12,5	8,7	63,1	390	1
Всего				46	47,3	212,1	1469	11,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.