



Согласовано

Заведующий
МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ
1 октября 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	3,5	4,9	20,2	139	0,4
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,7	2,9	12,1	85	0,4
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7		3,3	51	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4		36	0
Итого				330	7,9	11,8	35,6	311	0,8
			Обед						
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		180	5,1	5,9	12,9	125	6,5
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ		50	8,8	10,4	10	168	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120	2,6	4,3	9,6	90	22,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА		150	0,1		12,9	52	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого				535	18,9	20,9	60,2	506	29,3
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150	0,3		18,5	77	0
		МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ		180	4,1	5,9	17,5	140	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		150			7,9	31	0
2012	496	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ		75	5	8,7	49,8	297	0
Итого				555	9,4	14,6	93,7	545	0,5
Всего					36,2	47,3	189,5	1362	30,6

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

1 октября 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	5,9	24,3	168	0,5
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	14,5	103	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			397	9,7	15,1	54	393	1
			Обед					
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,6	6,5	14,3	139	7,1
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	70	11,9	14,6	12,3	227	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,8	4,6	10,3	97	24,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,1		15,4	63	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			625	23,4	26,1	71,4	618	31,7
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	22,2	92	0
		МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	180	4,1	5,9	17,5	140	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2012	496	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	75	5	8,7	49,8	297	0
Итого			615	9,5	14,7	98,9	567	0,5
Всего				42,6	55,9	224,3	1578	33,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.