

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

**МЕНЮ**

2 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	4,2	5,2	19,5	143	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59	0
2010		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4		36	0
Итого				330	6,1	9,4	39,9	269	0,4
			Обед						
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180	6,9	9,8	10,9	160	4,8
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		50	8,8	4,4	4,2	91	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	3	5	17	125	8
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ		150	0,1		5,4	23	0,9
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,4	17,6	72	0
Итого				545	21,1	19,6	55,1	471	14,3
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ		150	4,2	3,8	6,8	85	1,1
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130/30	22,5	17,7	36,4	399	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		150			6,5	26	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого				490	29	21,7	64,8	581	1,5
Всего					56,2	50,7	159,8	1321	16,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

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



МЕНЮ

2 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	5,1	6,3	23,4	172	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	0
2010		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		7		5,6	0,1	51	0
Итого				397	7,4	12,1	48	332	0,5
			Обед						
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200	7,6	10,8	12	178	5,3
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		70	12,3	6,5	5,7	131	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	3,4	5,8	19,7	145	9,2
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ		180	0,1		6,5	28	1
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	2	0,4	20	97	0
Итого				645	25,4	23,5	63,9	579	16,3
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ		180	5	4,5	8,1	102	1,3
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		160/30	26,7	21,2	43,2	474	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого				585	34,4	25,9	78,3	697	1,7
Всего					67,2	61,5	190,2	1608	18,5

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.