

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

2 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	4,9	15,7	122	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
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,5	2,6		34	0
Итого			335	8	7,7	36,1	246	0,4
			Обед					
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,4	5,1	13,8	123	6,9
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	9,6	9,2	10	160	0,2
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,6	3,4	23,2	138	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,4	49	33,2
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	22	20,4	74	572	41,4
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180			7,8	31	0
2017	73	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	50	7,4	7,1	6,4	118	0,4
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	90	1,5	7,1	9,3	106	4,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			540	11,6	17,6	48,9	398	4,8
Всего				41,6	45,7	159	1216	46,6

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

2 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,2	5,9	18,9	147	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
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)		12	3,1	3,1		41	0
Итого				402	9,6	9,2	43,4	297	0,5
			Обед						
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ		40	1,1	3	2,4	41	1,5
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ		200	5,9	5,7	15,6	138	7,7
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	13,2	12,8	14	224	0,4
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		130	4,8	4,6	30,3	181	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,3	0,1	12,5	58	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				665	28,3	26,6	93,9	734	49,6
Уплотненный полдник с элементами ужина									
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ		150			7,8	31	0
2017	73	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ		70	10,4	9,6	8,9	165	0,6
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ		40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		100	1,7	7,9	10,3	118	4,7
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого				575	15,2	20,9	56,4	476	5,6
Всего					53,1	56,7	193,7	1507	55,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.