

Согласовано



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

МЕНЮ

4 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда		Выход	Химический состав		Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
					Белки, г	Жиры, 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									
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ		90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
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				450	12,1	17,8	58,2	441	6,2
Всего					42,1	45,9	168,3	1259	48

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано



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

МЕНЮ

4 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	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		30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
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				655	28	25,9	93,3	724	49,2
				Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД		180	0,1		8,6	36	1
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				605	15,3	20,9	57,2	481	6,6
Всего					52,9	56	193,9	1502	56,3

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.