



Согласовано

/Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

5 марта 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	180	4,5	6,1	27,5	184	0,5
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,9	12,3	87	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7		3,3	51	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	0
Итого			360	9	13	43,1	358	1
II Завтрак								
		ШОКОЛАД	25	2,7	9,6	14	153	0
Итого			25	2,7	9,6	14	153	0
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	7	7,7	12,3	145	4,7
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	60	10,4	13,4	8,6	197	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,7	4,3	10	93	24,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,1		12,9	52	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,3	13,8	66	0
Итого			515	22,4	25,7	57,6	553	29,5
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	4,9	7,3	93	0,8
2010	63	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	60/40	10,8	14,3	13	224	0,7
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,7	5,1	30,3	194	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,2	72	0
Итого			550	24,3	24,5	73,7	614	1,5
Всего				58,4	72,8	188,4	1678	32

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

/Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ
5 марта 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	200	5	6,8	29,9	201	0,6
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	14,8	105	0,6
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,2	72	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			417	10,7	16,2	60	429	1,2
II Завтрак								
		ШОКОЛАД	25	2,7	9,6	14	153	0
Итого			25	2,7	9,6	14	153	0
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,5	9,2	17,4	187	6
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	70	11,7	15,4	8,4	218	0,4
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,6	10,8	100	26,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,2		15,8	65	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			625	26,1	29,6	70,2	656	33
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	4,9	7,3	93	0,8
2010	63	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	60/40	10,8	14,3	13	224	0,7
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,7	5,1	30,3	194	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,5	0,3	22,8	108	0
Итого			595	25,5	24,6	82,8	657	1,5
Всего				65	80	227	1895	35,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.