

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./



МЕНЮ

5 мая 2025 г.

Если 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	31	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	150	5,9	6,2	19,9	163	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	16	1,2	1,6	12	72	0
Итого			316	7,1	7,8	39,8	266	0
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,8	103	2
Итого			125	0,8	0,3	23,8	103	2
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,9	5,7	7,7	106	6,2
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	15,9	18,9	20,4	316	10,2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	61	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	24,4	24,9	57,6	554	16,4
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			9,7	39	0
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	120/25	4,7	8,2	47,9	284	0,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			480	7,4	8,4	83,1	437	0,1
Всего				39,7	41,4	204,3	1360	18,5

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

5 мая 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	31	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	200	7,3	9,9	26,7	191	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,1	44	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	16	1,8	1,5	11,9	67	0
Итого			396	9,1	11,4	50,7	302	0
II Завтрак								
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	180	0,1		6,5	28	1
Итого			180	0,1		6,5	28	1
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	6	6	8,7	112	6,8
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	15,5	18,6	20,2	310	10,1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	18,3	76	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			605	24,9	25,1	66,3	590	16,9
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180			11,6	47	0
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	150/30	5,7	7,9	59,3	332	0,3
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	8,4	8,1	97,9	500	0,3
Всего				42,5	44,6	221,4	1420	18,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.