

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

**МЕНЮ**

6 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	5,9	18,9	147	0,5
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			365	8,6	8,7	39,3	271	0,5
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,8	103	2
Итого			125	0,8	0,3	23,8	103	2
Обед								
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	4,5	4,3	11,6	103	5,7
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	60	10,9	10,8	6,5	166	0,1
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,4	4	27,8	165	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	23,2	21,8	72,9	585	40,1
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	26,8	21,2	42,4	472	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			570	30,1	21,6	85,6	660	4,4
Всего				62,7	52,4	221,6	1619	47

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

6 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,7	6,6	21	163	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			422	10,1	9,9	45,5	313	0,5
II Завтрак								
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	180	0,1		6,5	28	1
Итого			180	0,1		6,5	28	1
Обед								
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	50	1,4	3,8	3	52	1,9
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	5,9	5,7	15,6	138	7,7
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	70	12,8	13,3	7,5	199	0,1
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			675	28,2	27,9	88	720	49,7
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	30	23,3	46	518	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	107	0
Итого			635	34,4	23,8	98,2	749	4,6
Всего				72,8	61,6	238,2	1810	55,8

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.