



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

6 мая 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	6,3	23,4	172	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	9,5	9,1	43,8	296	0,5
Обед								
2010	6	БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	6,6	7,2	9,3	129	6,2
2010	51	КОТЛЕТА ИЗ РЫБЫ	60	9	3,8	9,4	107	0,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	7,9
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	15,4	69	32
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			555	21,2	16,4	65,9	501	46,2
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		8,6	36	1
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	25,3	16,6	31,5	381	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2010		ПРЯНИКИ	20					0
Итого			510	25,4	16,6	46	441	1,3
Всего				56,1	42,1	155,7	1238	48

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф./**МЕНЮ**

6 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,7	7	26,1	191	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	11,1	10,3	50,6	341	0,5
Обед								
2010	6	БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200	7,4	7,9	10,3	143	6,8
2010	51	КОТЛЕТА ИЗ РЫБЫ	70	10,4	4,5	11	125	0,2
2010	17	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	90	16,2	14	0,4	192	0,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,5	5,8	19,7	145	9,1
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	17,4	66	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			645	24,6	18,7	77,5	571	16,1
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		8,6	36	1
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	30,4	19,9	41,1	471	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,9	24	0
2010		ПРЯНИКИ	40					0
Итого			590	30,5	19,9	57,6	531	1,4
Всего				66,2	48,9	185,7	1443	18

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.