

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



МЕНЮ

10 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	31	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	180	7,1	7,4	24	197	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15	90	0
Итого			350	8,6	9,4	46,9	318	0
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	4,9	4,8	6,5	88	5
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	16,7	19,6	20,4	326	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			515	24,2	24,7	56,4	546	15,2
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				40,2	42,5	186,4	1301	15,3

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

10 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	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	40	4,4	3,9	29,7	166	0
Итого			420	11,7	13,8	68,5	401	0
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	6	6	8,7	112	6,8
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	16,7	19,5	20,2	324	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	26,1	26	66,3	604	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				46,2	47,9	232,7	1505	17,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.