

Согласовано

Заведующий

ДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

**МЕНЮ**

10 июня 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	150	4,2	5,2	19,5	143	0,4
2010		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	14,5	98	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2010		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	0
Итого			360	9	12,5	46,5	336	0,9
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,2	0,2	5	24	2,1
Итого			60	0,2	0,2	5	24	2,1
Обед								
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	6,9	9,8	10,9	160	4,8
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	8,8	4,4	4,2	91	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	8
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	150	0,1		5,4	23	0,9
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,4	17,6	72	0
Итого			545	21,1	19,6	55,1	471	14,3
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	3,8	6,8	85	1,1
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	22,5	17,7	36,4	399	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			490	29	21,7	66,2	586	1,5
Всего				59,3	54	172,8	1417	18,8

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

10 июня 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	180	5,1	6,3	23,4	172	0,5
2010		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	14,5	98	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2010		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			397	10,3	15,2	53,1	392	1
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,2	0,2	5	24	2,1
Итого			60	0,2	0,2	5	24	2,1
Обед								
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,6	10,8	12	178	5,3
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	12,3	6,5	5,7	131	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,8	19,7	145	9,2
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	180	0,1		6,5	28	1
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2	0,4	20	97	0
Итого			645	25,4	23,5	63,9	579	16,3
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5	4,5	8,1	102	1,3
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	26,7	21,2	43,2	474	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			555	34,4	25,9	76,8	690	1,7
Всего				70,3	64,8	198,8	1685	21,1

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.