

Согласовано

Заведующий
МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф/

МЕНЮ

10 октября 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4	4,2	29	154	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			330	5,9	8,5	49,4	281	0
Обед								
2006	114, 135	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	8,5	8,2	13,9	164	7
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	9,4	9,2	8,8	154	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	8
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	14,4	66	40
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	23,5	22,8	68,9	580	55,2
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			7,8	31	0
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	25	16,2	34,4	387	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			485	27,3	16,4	65,2	520	0,4
Всего				56,7	47,7	183,5	1381	55,6

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

**МЕНЮ**

10 октября 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"		180	4,1	5,7	36,6	213	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			12,1	44	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		7		5,8	0,1	52	0
Итого				397	6,4	11,7	63,9	380	0
			Обед						
2006	114, 135	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200	9,4	9,1	15,6	182	7,8
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	13,2	12,8	14	224	0,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	3,4	5,8	19,7	145	9,2
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,3	0,1	22,3	91	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				645	29,3	28,2	90,7	734	17,4
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ		180			7,8	31	0
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		160/25	29,7	19,3	40,8	462	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого				580	32,4	19,5	75,6	614	0,5
Всего					68,1	59,4	230,2	1728	17,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.