

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

**МЕНЮ**

11 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4,9	20,2	139	0,4
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,9	12,1	85	0,4
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7		3,3	51	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	0
Итого			330	7,9	11,8	35,6	311	0,8
II Завтрак								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	6,2	9,1	116	1
Итого			200	5,6	6,2	9,1	116	1
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,3	5,9	12,9	126	4,8
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	50	8,8	10,4	10	168	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	4,3	9,6	90	22,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,1		12,9	52	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			535	19,1	20,9	60,2	507	27,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	63	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/40	9,7	12,8	11,5	200	0,6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,7	5,1	30,3	194	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Итого			490	19,1	18,5	73,1	536	4,1
Всего				51,7	57,4	178	1470	33,5

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./



МЕНЮ

11 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	5,9	24,3	168	0,5
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	14,5	103	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			397	9,7	15,1	54	393	1
II Завтрак								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	6,2	9,1	116	1
Итого			200	5,6	6,2	9,1	116	1
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,1	6,5	15,8	146	5,1
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	70	11,9	14,6	12,3	227	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,8	4,6	10,3	97	24,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,1		15,4	63	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			625	23,9	26,1	72,9	625	29,7
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	63	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/40	11,8	15,8	14	244	0,7
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,7	5,1	30,3	194	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	107	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Итого			555	22,3	21,6	84,6	623	4,2
Всего				61,5	69	220,6	1757	35,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.