

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



МЕНЮ

13 февраля 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6	19,2	142	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,8	11,7	82	0,4
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	11,7	11,6	43,4	317	0,4
Обед								
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,6	2,3	3,1	36	1,4
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10	6,1	8,3	10	140	4
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	50	10	16,6	3,3	235	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,9	3,6	30	156	0
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ И ЯБЛОК	150	0,1	0,1	8,5	37	1,3
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	22	31,2	69,7	675	6,7
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,1		7,1	30	0,9
2010		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,8	1,7	1,8	26	1,1
2010		РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,3	12,8	17,7	200	15,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,7	5,7	35,4	215	0,1
Итого			570	9,9	20,2	69,9	502	17,3
Всего				43,6	63	183	1494	24,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

13 февраля 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,4	5,4	22,1	152	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,1	14	113	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	14,9	11,8	51,2	377	0
Обед								
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,8	2,9	5,2	59	0
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8	10,5	14,2	185	5,6
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	50	9,3	17,2	4,7	247	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	3,5	34,7	163	0
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (аллергики)	130	4,8	4	30,3	176	0
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ И ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,7	41	1,3
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			655	24,3	34,6	87,6	787	6,9
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		8,6	36	1
2010		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1	2,4	2,2	35	1,4
2010		РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,2	8,3	17,9	161	15,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,9	31	0
2010		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,7	5,7	35,4	215	0,1
Итого			640	10	16,4	72	478	17,7
Всего				49,2	62,8	210,8	1642	24,6

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.