



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

13 августа 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	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	4	4,9	18	134	0,4
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,5	3,5	14,5	104	0,6
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4		36	0
Итого				330	9,4	12,6	45	333	1
			II Завтрак						
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ		125	0,8	0,3	23,8	103	2
Итого				125	0,8	0,3	23,8	103	2
			Обед						
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ		30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
2017	17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ		180	8,2	1,5	11,1	89	5,6
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		120	13,9	14,1	8	215	12,6
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ		50	0,5	4,1	3,1	51	0,4
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				565	25,8	22,3	51,7	509	19,7
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ		150	4,2	3,8	6,8	85	1,1
2010	72	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ		50	12,3	16,7	9,3	236	0,8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	5,5	4,3	25,2	162	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого				480	24,3	25	64,3	585	1,9
Всего					60,3	60,2	184,8	1530	24,6

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

МЕНЮ

13 августа 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	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,8	6	21,3	159	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4,1	4,2	17,4	125	0,7
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	11,2	16	53,9	406	1,2
			II Завтрак						
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ		180	0,1		6,5	28	1
Итого				180	0,1		6,5	28	1
			Обед						
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ		30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
2017	17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ		200	8,3	2,4	12,3	104	6,2
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		150	17,5	17,7	9,9	269	15,8
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ		50	0,5	4,1	3,1	51	0,4
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА		180	0,1		15,4	68	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				655	30,2	26,9	61,6	615	23,5
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ		180	5	4,5	8,1	102	1,3
2010	144	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ		70	17,3	23,4	14,3	337	1,2
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		35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого				585	31,7	33,2	79,7	754	2,5
Всего					73,2	76,1	201,7	1803	28,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.