

Согласовано

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



МЕНЮ

17 июля 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	150	4	5	15,9	118	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			335	10,9	10,6	40,1	293	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	180/10	7,2	9,8	11,8	166	4,7
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	60	12	20	4	283	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,9	3,6	30	156	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		18,5	77	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			585	25,3	36	82,2	789	6,1
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		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			540	6,5	14,7	49,6	358	17,2
Всего				42,7	61,3	171,9	1440	23,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



МЕНЮ

17 июля 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		180	4,9	4,9	19,9	137	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				402	14,4	11,3	49	362	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		70	13	24	6,6	345	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
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180	0,4	0,1	22,2	92	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				675	28,3	41,4	102	936	5,6
Уплотненный полдник с элементами ужина									
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД		180	0,1		8,6	36	1
2010		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,8	1,7	1,8	26	1,1
2010		РАГУ ОВОЩНОЕ		180	3,2	8,3	17,9	161	15,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого				600	6,4	10,2	51,3	325	17,3
Всего					49,1	62,9	202,3	1623	22,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.