



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

19 марта 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
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	60	10,4	12,4	12	201	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			545	20,7	22,9	62,2	540	27,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
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
Итого			540	23	22,8	71,7	583	1,4
Всего				51,6	57,5	169,5	1434	29,8

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

19 марта 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	200	4,5	6,6	27	186	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			417	10,1	15,8	56,7	411	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								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
2010	63	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	60/40	10,7	14,3	12,7	222	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
Итого			595	25,1	24,4	81,9	648	1,5
Всего				59,1	66,3	211,5	1684	32,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.