

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



МЕНЮ

1 апреля 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	5,2	19,5	143	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
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	8,7	8	39,9	267	0,2
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,6	0,6	9,6	36	0
Итого			120	0,6	0,6	9,6	36	0
Обед								
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	6,9	9,8	10,9	160	4,8
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	10,6	5,3	5	109	0,7
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	7,9
2010	91	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,4	49	33,2
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,4	17,6	72	0
Итого			555	23,1	20,6	60,9	515	46,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			11,6	47	0
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	22,5	17,7	36,4	399	0,3
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,1		7	30	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			490	24,9	17,9	70,1	547	0,3
Всего				57,3	47,1	180,5	1365	47,1

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



МЕНЮ

1 апреля 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,8	7	26,2	191	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	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	11,2	10,3	50,7	341	0,2
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,4	0,4	10	48	4,2
Итого			120	0,4	0,4	10	48	4,2
Обед								
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,6	10,8	12	178	5,3
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	12,3	6,5	5,7	131	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,5	5,8	19,7	145	9,1
2010	91	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,5	58	40
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2	0,4	20	97	0
Итого			645	25,7	23,6	69,9	609	55,2
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180			13,6	54	0
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	26,7	21,2	43,2	474	0,3
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		11,2	53	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			585	29,5	21,4	85,6	664	0,3
Всего				66,8	55,7	216,2	1662	59,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.