

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

**МЕНЮ**

20 июня 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4	4,2	29	154	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			330	5,9	8,5	49,4	281	0
Обед								
2006	114, 135	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	8,5	8,2	13,9	164	7
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	9,4	9,2	8,8	154	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	8
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	14,4	66	40
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	23,5	22,8	68,9	580	55,2
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,1	3,7	6,6	82	0,4
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	170	15,8	21,7	3,8	275	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			500	22,2	25,6	33,4	459	0,7
Всего				51,6	56,9	151,7	1320	55,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

**МЕНЮ**

20 июня 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,1	5,7	36,6	213	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,1	44	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			397	6,4	11,7	63,9	380	0
Обед								
2006	114, 135	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	9,4	9,1	15,6	182	7,8
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,2	12,8	14	224	0,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,8	19,7	145	9,2
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	22,3	91	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			645	29,3	28,2	90,7	734	17,4
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	4,9	4,4	7,9	99	0,5
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	150	14	19,9	3,3	248	0,3
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,3	6,5	37,8	243	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			545	21,6	24,5	38,2	468	0,8
Всего				57,3	64,4	192,8	1582	18,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.