



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф./**МЕНЮ**

21 февраля 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	37	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,6	6,2	24	168	0
2010		ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,4	2,6	13,6	88	0,4
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	7,9	13,1	50,1	352	0,4
II Завтрак								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5	4,5	8,1	102	1,3
Итого			180	5	4,5	8,1	102	1,3
Обед								
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,6	2,3	3,1	36	1,4
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	6,8	4,4	12,2	115	2,9
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	13,3	6,2	4,6	140	9
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	8
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
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			595	26,7	21,4	72,6	605	21,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,1		7,1	30	0,9
		МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	180	4,1	5,9	17,5	140	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010	113	ПИРОЖОК С ЯЙЦОМ	60	7	8,7	22,5	197	0
Итого			540	11,2	14,6	55	398	1,4
Всего				50,8	53,6	185,8	1457	24,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

21 февраля 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	37	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,1	7	29	194	0
2010		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	15,5	102	0,5
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			417	9,3	16,1	59,7	419	0,5
II Завтрак								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5	4,5	8,1	102	1,3
Итого			180	5	4,5	8,1	102	1,3
Обед								
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,8	3,9	5,2	59	2,4
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	9,3	6,3	15,4	155	3,8
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	15,5	7,3	5,3	163	10,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,8	19,7	145	9,2
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
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			735	32,8	27	89,3	747	26,1
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		8,6	36	1
		МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	180	4,1	5,9	17,5	140	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010	113	ПИРОЖОК С ЯЙЦОМ	70	7,8	9,4	26,3	220	0
Итого			610	12	15,3	61,8	434	1,5
Всего				59,1	62,9	218,9	1702	29,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.