



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

Захарова Л.Ф.

МЕНЮ

21 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	37	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,1	7	29	194	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,1	4,2	17,4	125	0,7
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			415	10,5	15,5	61,5	427	0,7
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		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			6,8	27	0
		МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	180	4,2	5,9	17,5	140	0,2
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			580	12	15,3	60	425	0,2
Всего				55,3	57,8	210,8	1599	27

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.