

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

22 сентября 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	31	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	150	3,8	5,2	17	130	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15	90	0
Итого			320	5,3	7,2	39,9	251	0,4
			Обед					
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,9	5,7	7,7	106	6,2
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	15,9	18,9	20,4	316	10,2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	61	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	24,4	24,9	57,6	554	16,4
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	120/25	4,7	8,2	47,9	284	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			530	8,4	8,6	93,6	484	4,3
Всего				38,1	40,7	191,1	1289	21,1

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №26 "Аленушка"
/Захарова Л.Ф/

МЕНЮ
22 сентября 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	31	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	180	4,6	6,2	20,4	156	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,1	44	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	4,4	3,9	29,7	166	0
Итого			400	9	10,1	62,2	366	0,5
			Обед					
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	6	6	8,7	112	6,8
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	15,5	18,6	20,2	310	10,1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	18,3	76	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			605	24,9	25,1	66,3	590	16,9
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	150/30	5,6	7,9	59,3	332	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			595	9,3	8,3	106,5	539	4,4
Всего				43,2	43,5	235	1495	21,8

Старшая медицинская сестра _____ Морозова М.Р.