

Согласовано



Заведующий

МОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

МЕНЮ

23 июля 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4,9	20,2	139	0,4
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,9	12,1	85	0,4
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7		3,3	51	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	
Итого			330	7,9	11,8	35,6	311	0,8
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
Итого			90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,3	5,9	12,9	126	4,8
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	50	8,8	10,4	10	168	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	4,3	9,6	90	22,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,1		12,9	52	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			535	19,1	20,9	60,2	507	27,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	120	11,2	15,4	2,6	194	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			450	17,8	20,3	32,5	383	1
Всего				45,3	53,2	145,4	1275	30,8

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

23 июля 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	5,9	24,3	168	0,5
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	14,5	103	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			397	9,7	15,1	54	393	1
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,1	6,5	15,8	146	5,1
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	70	11,9	14,6	12,3	227	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,8	4,6	10,3	97	24,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,1		15,4	63	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			625	23,9	26,1	72,9	625	29,7
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	130	12,2	16,8	2,8	210	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			495	19,2	21,7	36,7	418	1
Всего				52,8	62,9	163,6	1436	31,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.