

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

# МЕНЮ

24 февраля 2025 г.

## Ясли 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур          | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда            | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|----------------------------------------|---------------------|-------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                                        |                     |                               |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                                |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 31                  | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ         | 180    | 7,1               | 7,4     | 24               | 197                                      | 0                     |
| 2010                                   | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 150    |                   |         | 7,9              | 31                                       | 0                     |
| 2010                                   |                     | ПЕЧЕНЬЕ                       | 20     | 1,5               | 2       | 15               | 90                                       | 0                     |
| Итого                                  |                     |                               | 350    | 8,6               | 9,4     | 46,9             | 318                                      | 0                     |
| II Завтрак                             |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                                        |                     | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ                 | 125    | 0,8               | 0,3     | 23,8             | 103                                      | 2                     |
| Итого                                  |                     |                               | 125    | 0,8               | 0,3     | 23,8             | 103                                      | 2                     |
| Обед                                   |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 12                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ  | 150    | 4,9               | 4,8     | 6,5              | 88                                       | 5                     |
| 2010                                   | 57                  | ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ         | 180    | 16,7              | 19,6    | 20,4             | 326                                      | 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                                  |                     |                               | 515    | 24,2              | 24,7    | 56,4             | 546                                      | 15,2                  |
| Уплотненный полдник с элементами ужина |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 103                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ         | 150    | 4,1               | 3,7     | 6,6              | 82                                       | 0,4                   |
| 2017                                   | 54                  | ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ     | 120/25 | 4,7               | 10,2    | 48,9             | 304                                      | 0                     |
| 2010                                   | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 150    |                   |         | 7,9              | 31                                       | 0                     |
| 2010                                   |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ | 35     | 2,7               | 0,2     | 17,6             | 83                                       | 0                     |
| Итого                                  |                     |                               | 480    | 11,5              | 14,1    | 81               | 500                                      | 0,4                   |
| Всего                                  |                     |                               |        | 45,1              | 48,5    | 208,1            | 1467                                     | 17,6                  |

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.





Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

**МЕНЮ**  
**24 февраля 2025 г.**

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур          | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда            | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|----------------------------------------|---------------------|-------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                                        |                     |                               |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                                |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 31                  | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ         | 200    | 7,3               | 9,9     | 26,7             | 191                                      | 0                     |
| 2010                                   | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 180    |                   |         | 12,1             | 44                                       | 0                     |
| 2008                                   |                     | ПЕЧЕНЬЕ                       | 40     | 4,4               | 3,9     | 29,7             | 166                                      | 0                     |
| Итого                                  |                     |                               | 420    | 11,7              | 13,8    | 68,5             | 401                                      | 0                     |
| Обед                                   |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 12                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ  | 200    | 6                 | 6       | 8,7              | 112                                      | 6,8                   |
| 2010                                   | 57                  | ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ         | 180    | 16,7              | 19,5    | 20,2             | 324                                      | 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    | 26,1              | 26      | 66,3             | 604                                      | 16,9                  |
| Уплотненный полдник с элементами ужина |                     |                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 103                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ         | 150    | 4,1               | 3,7     | 6,6              | 82                                       | 0,4                   |
| 2017                                   | 54                  | ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ     | 150/30 | 5,5               | 7,4     | 69,9             | 352                                      | 0                     |
| 2010                                   | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 180    |                   |         | 9,4              | 38                                       | 0                     |
| 2010                                   |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ | 35     | 2,7               | 0,2     | 17,6             | 83                                       | 0                     |
| Итого                                  |                     |                               | 545    | 12,3              | 11,3    | 103,5            | 555                                      | 0,4                   |
| Всего                                  |                     |                               |        | 50,1              | 51,1    | 238,3            | 1560                                     | 17,3                  |

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.