

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./



МЕНЮ

24 марта 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	5,9	6,2	19,9	163	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15	90	0
Итого			320	7,4	8,2	42,8	284	0
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	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			9,7	39	0
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 ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			480	7,4	10,4	84,1	457	0
Всего				39,2	43,5	184,5	1295	16,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

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

МЕНЮ

24 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	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	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	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180			11,6	47	0
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 ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			575	8,2	7,6	108,5	520	0
Всего				44,8	46,5	243,3	1511	16,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.