

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

**МЕНЮ**

24 апреля 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	5	15,9	118	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,8	11,7	82	0,4
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,5	2,6		34	0
Итого			335	10,9	10,6	40,1	293	0,4
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Итого			100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Обед								
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,6	2,3	3,1	36	1,4
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,2	9,8	11,8	166	4,7
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	60	12	20	4	283	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,9	3,6	30	156	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		18,5	77	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			585	25,3	36	82,2	789	6,1
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			9,7	39	0
2010		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,8	1,7	1,8	26	1,1
2010		РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,3	12,8	17,7	200	15,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,7	5,9	32,7	219	0,1
Итого			580	12,8	20,4	69,8	515	16,4
Всего				49,4	67,4	200,4	1637	26,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф.

МЕНЮ

24 апреля 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,4	5,4	22,1	152	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,1	14	113	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3,1	3,1		41	0
Итого			422	14,9	11,8	51,2	377	0
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Итого			100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Обед								
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,8	2,9	5,2	59	0
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8	10,5	14,2	185	5,6
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	13	24	6,6	345	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	3,5	34,7	163	0
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			675	28,3	41,4	102	936	5,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			8,1	32	0
2010		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1	2,4	2,2	35	1,4
2010		РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,2	8,3	17,9	161	15,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,9	31	0
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,7	5,9	32,7	219	0,1
Итого			620	12,9	16,6	68,8	478	16,7
Всего				56,5	70,2	230,3	1831	25,8

Старшая медицинская сестра _____ Морозова М.Р.