

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

27 января 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	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	90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
Итого			90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	5,3	5,2	6,5	93	5
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	17,3	20,3	20	333	9,8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,4	60	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,5	70	0
Итого			515	25,2	25,8	55,4	556	14,8
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,3	3,9	7	87	0,4
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	120/25	4,8	9	48,8	296	0,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	81	0
Итого			480	11,7	13,1	81	495	0,5
Всего				46	48,5	200,4	1443	16,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

27 января 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	20	2,2	1,9	14,8	83	0
Итого			400	9,5	11,8	53,6	318	0
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	6,2	6,2	8,7	115	6,8
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	17,3	20,2	19,8	331	9,7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	18,4	77	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,9	0,4	18,6	90	0
Итого			605	26,8	26,9	65,5	613	16,5
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	103	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,1	4,7	8,3	105	0,5
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	150/30	5,9	9	60,2	345	0,3
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (аллергики)	150	5,4	4,7	34,9	204	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	81	0
Итого			575	13,6	13,9	95,2	569	0,8
Всего				49,9	52,6	214,3	1500	17,3

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.