

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



# МЕНЮ

27 июня 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                                   | 37                  | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                   | 150   | 5,3               | 5,5     | 26,4             | 177                                      | 0,4                   |
| 2010                                   | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 150   | 3,5               | 3,5     | 14,5             | 104                                      | 0,6                   |
| 2010                                   |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                        | 25    | 1,9               | 0,2     | 12,5             | 59                                       | 0                     |
| 2017                                   | 1                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 5     |                   | 4,1     |                  | 37                                       | 0                     |
| Итого                                  |                     |                                                      | 330   | 10,7              | 13,3    | 53,4             | 377                                      | 1                     |
| II Завтрак                             |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   |                     | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                                | 150   |                   |         | 9,7              | 39                                       | 0                     |
| Итого                                  |                     |                                                      | 150   |                   |         | 9,7              | 39                                       | 0                     |
| Обед                                   |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 5                   | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                                      | 50    | 0,8               | 3,9     | 5,2              | 59                                       | 2,4                   |
| 2010                                   | 10                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>ЛУЩЕНЫМ НА М/К БУЛЬОНЕ | 180   | 8,1               | 5,2     | 14,6             | 138                                      | 3,4                   |
| к/к                                    | к/к                 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                      | 60    | 13,3              | 6,2     | 4,6              | 140                                      | 9                     |
| 2010                                   | 78                  | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                    | 130   | 3                 | 5       | 17               | 125                                      | 8                     |
|                                        |                     | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                                | 40    | 0,4               | 3,2     | 2,4              | 41                                       | 0,3                   |
| 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                                  |                     |                                                      | 645   | 28,2              | 23,8    | 77,1             | 651                                      | 23,1                  |
| Уплотненный полдник с элементами ужина |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 92                  | КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                | 150   | 0,1               |         | 7,1              | 30                                       | 0,9                   |
|                                        |                     | МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С<br>МАСЛОМ                       | 150   | 3,4               | 4,9     | 14,5             | 116                                      | 0,4                   |
| 2010                                   | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 150   |                   |         | 7,9              | 31                                       | 0                     |
| 2010                                   | 113                 | ПИРОЖОК С ЯЙЦОМ                                      | 60    | 7                 | 8,7     | 22,5             | 197                                      | 0                     |
| Итого                                  |                     |                                                      | 510   | 10,5              | 13,6    | 52               | 374                                      | 1,3                   |
| Всего                                  |                     |                                                      |       | 49,4              | 50,7    | 192,2            | 1441                                     | 25,4                  |

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

## МЕНЮ

27 июня 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                                   | 37                  | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                   | 200   | 6,4               | 7,2     | 31,5             | 217                                      | 0,5                   |
| 2010                                   | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 180   | 4,1               | 4,2     | 17,4             | 125                                      | 0,7                   |
| 2010                                   |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                        | 30    | 2,3               | 0,2     | 15,1             | 71                                       | 0                     |
| 2017                                   | 1                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 7     |                   | 5,8     | 0,1              | 52                                       | 0                     |
| Итого                                  |                     |                                                      | 417   | 12,8              | 17,4    | 64,1             | 465                                      | 1,2                   |
| II Завтрак                             |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   |                     | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                                | 180   | 5                 | 4,5     | 8,1              | 102                                      | 1,3                   |
| Итого                                  |                     |                                                      | 180   | 5                 | 4,5     | 8,1              | 102                                      | 1,3                   |
| Обед                                   |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 5                   | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                                      | 50    | 0,8               | 3,9     | 5,2              | 59                                       | 2,4                   |
| 2010                                   | 10                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>ЛУЩЕНЫМ НА М/К БУЛЬОНЕ | 200   | 9,3               | 6,3     | 15,4             | 155                                      | 3,8                   |
| к/к                                    | к/к                 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                      | 70    | 15,5              | 7,3     | 5,3              | 163                                      | 10,4                  |
| 2010                                   | 78                  | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                    | 150   | 3,4               | 5,8     | 19,7             | 145                                      | 9,2                   |
|                                        |                     | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                                | 40    | 0,4               | 3,2     | 2,4              | 41                                       | 0,3                   |
| 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                                  |                     |                                                      | 735   | 32,8              | 27      | 89,3             | 747                                      | 26,1                  |
| Уплотненный полдник с элементами ужина |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                                   | 92                  | КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                | 180   | 0,1               |         | 8,6              | 36                                       | 1                     |
|                                        |                     | МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ С<br>МАСЛОМ                       | 180   | 4,1               | 5,9     | 17,5             | 140                                      | 0,5                   |
| 2010                                   | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 180   |                   |         | 9,4              | 38                                       | 0                     |
| 2010                                   | 113                 | ПИРОЖОК С ЯЙЦОМ                                      | 70    | 7,8               | 9,4     | 26,3             | 220                                      | 0                     |
| Итого                                  |                     |                                                      | 610   | 12                | 15,3    | 61,8             | 434                                      | 1,5                   |
| Всего                                  |                     |                                                      |       | 62,6              | 64,2    | 223,3            | 1748                                     | 30,1                  |

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.