

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/



МЕНЮ

28 августа 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
			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	0,4	0,1	20,6	87	0,9
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			585	25,4	36,1	84,3	799	7
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	150	0,1		5,4	23	0,9
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		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,7	5,7	35,4	215	0,1
Итого			570	9,9	20,2	68,2	495	17,3
Всего				46,2	66,9	192,6	1587	24,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф/

МЕНЮ

28 августа 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		180	4,9	4,9	19,9	137	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				402	14,4	11,3	49	362	0
				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		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (аллергики)		130	4,8	4	30,3	176	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180	0,5	0,2	24,3	102	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				675	28,4	41,5	104,1	946	6,5
Уплотненный полдник с элементами ужина									
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ		180	0,1		6,5	28	1
2010		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,8	1,7	1,8	26	1,1
2010		РАГУ ОВОЩНОЕ		180	3,2	8,3	17,9	161	15,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			7,9	31	0
2010		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		60	5,7	5,7	35,4	215	0,1
Итого				630	9,8	15,7	69,5	461	17,4
Всего					52,6	68,5	222,6	1769	23,9

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.