

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./



МЕНЮ

29 сентября 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ	150	5	6	28,1	160	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			8	30	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,6	2	16	88	0
Итого			320	6,6	8	52,1	278	0
			Обед					
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,8	5,4	6,1	94	8,7
2010	58	ПЛОВ	180	15	16,7	36,7	357	1,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		1	62	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,4	15,2	76	0
Итого			545	22,4	22,5	59	589	10
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,1		12,9	52	0
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,6	3	23,3	136	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7	30	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			470	10,9	7,7	58,6	350	0
Всего				39,9	38,2	169,7	1217	10

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

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

МЕНЮ

29 сентября 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ		180	6,2	9,9	26,1	188	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			12,1	44	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ		30	1,2	1,6	27,6	132	0
Итого				390	7,4	11,5	65,8	364	0
			Обед						
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ		200	5,9	5,9	6,9	105	8,9
2010	58	ПЛОВ		180	15,9	17,5	36,7	368	1,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180	0,4	0,1	20	80	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				605	25,2	23,9	82,7	645	10,2
			Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА		180	0,1		15,4	63	0
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	17	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)		90	16,2	14	0,4	192	0,1
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		130	4,8	4	30,3	176	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			8,4	42	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого				565	12,5	8,7	72	425	0
Всего					45,1	44,1	220,5	1434	10,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.