



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

30 июня 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	150	5,9	6,2	19,9	163	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15	90	0
Итого			320	7,4	8,2	42,8	284	0
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	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,9	5,7	7,7	106	6,2
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	15,9	18,9	20,4	316	10,2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	61	0
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	24,4	24,9	57,6	554	16,4
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,1		7,1	30	0,9
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	120/25	4,7	8,2	47,9	284	0,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			480	7,5	8,4	80,5	428	1
Всего				44,3	46	189	1368	18,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

30 июня 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	180	6,6	8,9	24	172	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,1	44	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	4,4	3,9	29,7	166	0
Итого			400	11	12,8	65,8	382	0
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	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	6	6	8,7	112	6,8
2010	57	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	180	15,5	18,6	20,2	310	10,1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	18,3	76	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			605	24,9	25,1	66,3	590	16,9
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		8,6	36	1
2017	54	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С ПОВИДЛОМ	150/30	5,7	7,9	59,3	332	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			575	8,5	8,1	94,9	489	1,3
Всего				49,4	50,5	235,1	1563	19,5

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.