



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

30 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	19,5	143	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2010		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	0
Итого			330	6,1	9,4	39,9	269	0,4
			Обед					
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	6,9	9,8	10,9	160	4,8
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	8,8	4,4	4,2	91	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	5	17	125	8
2010	91	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,4	49	33,2
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,4	17,6	72	0
Итого			545	21,3	19,7	60,1	497	46,6
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150			7,8	31	0
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	22,5	17,7	36,4	399	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			6,5	26	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			490	24,8	17,9	65,8	527	0,4
Всего				52,2	47	165,8	1293	47,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

30 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	6,3	23,4	172	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2010		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			397	7,4	12,1	48	332	0,5
			Обед					
1994	193	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,6	10,8	12	178	5,3
2010	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	12,3	6,5	5,7	131	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,8	19,7	145	9,2
2010	91	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,5	58	40
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2	0,4	20	97	0
Итого			645	25,6	23,6	69,9	609	55,3
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	160			6,9	28	0
2018	67	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	26,7	21,2	43,2	474	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			565	29,4	21,4	77,1	623	0,4
Всего				62,4	57,1	195	1564	56,2

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.