

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

3 февраля 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	180	6	7,2	33,8	193	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			8	30	0
2010		ПРЯНИК	40					0
Итого			370	6	7,2	41,8	223	0
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
Итого			90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
Обед								
2010		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	3
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	4,1	4,5	5,2	78	7,1
2010	58	ПЛОВ	180	17,8	19	36,7	389	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	24,7	23,9	58,8	609	11,4
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,4	3,7	27,9	163	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7	30	0
2012	496	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	55	3,8	6,6	36,5	218	0
Итого			565	14,1	15	91,9	558	4
Всего				45,3	46,3	209,6	1464	16,8

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.



Согласовано

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

МЕНЮ

3 февраля 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	200	6,9	11	29	209	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,1	44	0
2010		ПРЯНИКИ	40					0
Итого			420	6,9	11	41,1	253	0
II Завтрак								
		КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	180	0,1		6,5	28	1
Итого			180	0,1		6,5	28	1
Обед								
2010		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	4,9
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	17,8	19	36,7	389	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			655	27,5	25,4	83,9	673	15,1
Уплотненный полдник с элементами ужина								
2010		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,8	4	30,3	176	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,4	42	0
2012	496	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	60	4,1	7,1	39,8	238	0
Итого			610	14,8	15,8	99	603	4
Всего				49,3	52,2	230,5	1557	20,1

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.