

Морозова М.Р.

Согласовано



Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./

МЕНЮ

6 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	5,9	24,3	168	0,5
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	14,5	103	0,5
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
Итого			397	9,7	15,1	54	393	1
Обед								
2017	13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,1	6,5	15,8	146	5,1
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	70	11,9	14,6	12,3	227	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,8	4,6	10,3	97	24,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,1		15,4	63	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			625	23,9	26,1	72,9	625	29,7
Уплотненный полдник с элементами ужина								
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	160	14,8	20,3	3,6	258	0,3
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	160	8,9	6,8	40,4	258	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			525	21,8	25,2	37,5	466	1,1
Всего				55,4	66,4	164,4	1484	31,8

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.