

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

Захарова Л.Ф.



МЕНЮ

7 августа 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	4,9	15,7	122	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
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,5	2,6		34	0
Итого			335	8	7,7	36,1	246	0,4
			Обед					
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,4	5,1	13,8	123	6,9
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,8	8,5	10	152	0,2
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,6	3,4	23,2	138	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,4	49	33,2
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			545	21,2	19,7	74	564	41,4
			Уплотненный полдник с элементами ужина					
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,1		7,1	30	0,9
2017	73	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	50	7,4	7,1	6,4	118	0,4
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	90	1,5	7,1	9,3	106	4,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			510	11,7	17,6	48,2	397	5,7
Всего				40,9	45	158,3	1207	47,5

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заведующий

МДОУ №26 "Аленушка"

/Захарова Л.Ф./



МЕНЮ

7 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,9	6,6	20,6	163	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,2	15,5	73	0
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	4,1	4,1		54	0
Итого			402	11,4	10,9	45,5	328	0,6
		Обед						
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	30	0,7	2,2	1,7	30	1
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	6,4	6,1	16,2	146	8,1
2010		КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12	12,2	13,1	210	0,4
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,6	31,1	186	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,1	12,7	60	42,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			655	27,1	25,6	92,4	717	51,9
		Уплотненный полдник с элементами ужина						
2010	92	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		8,6	36	1,1
2017	73	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	70	16	10,1	7,9	186	0,7
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,4	3,2	2,4	40	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,6	7,9	10	116	4,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	18	85	0
Итого			605	20,8	21,4	56,3	501	6
Всего				59,3	57,9	194,2	1546	58,5

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.