

Утверждено

Заведующий  
МДОУ №6 Ягодка  
Педяева Е.В./

**МЕНЮ**  
2 октября 2024 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 |                                 |                 |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2017               | 1             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)                                 | 7          | 0,04              | 5,61         | 0,06          | 50,79                           | 0,00            |
| 2010               | 37            | КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ                           | 200        | 2,84              | 7,26         | 8,47          | 111,41                          | 0,52            |
| 2010               | 98            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                | 200        | 4,62              | 4,66         | 24,42         | 159,15                          | 0,78            |
| 2008               | 1             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 447        | 2,98              | 0,80         | 20,30         | 371,10                          | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   |            | <b>10,48</b>      | <b>18,33</b> | <b>53,25</b>  | <b>692,45</b>                   | <b>1,30</b>     |
| <b>II Завтрак</b>  |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               |               | ГРУША   | 100        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                            | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>100</b> | <b>0,00</b>       | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>                     | <b>0,00</b>     |
| <b>Обед</b>        |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               | 88            | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/15/5   | 7,86              | 8,11         | 5,73          | 131,31                          | 6,83            |
| 2010               | 84            | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                                     | 50         | 0,33              | 1,23         | 2,79          | 23,64                           | 0,12            |
| 2013               | 210           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ                            | 200        | 15,99             | 21,74        | 25,26         | 362,76                          | 11,83           |
| 2012               | 372           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ЛИМОНА                           | 200        | 0,18              | 0,14         | 21,89         | 91,20                           | 2,19            |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"                                   | 48         | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                            | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>718</b> | <b>24,36</b>      | <b>31,22</b> | <b>55,67</b>  | <b>608,91</b>                   | <b>20,97</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               |               | ЙОГУРТ  | 200        | 10,00             | 6,40         | 17,00         | 174,00                          | 1,20            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>200</b> | <b>10,00</b>      | <b>6,40</b>  | <b>17,00</b>  | <b>174,00</b>                   | <b>1,20</b>     |
| <b>Ужин</b>        |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               | к/к           | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ С СЫРОМ                          | 50         | 1,50              | 0,10         | 3,15          | 19,40                           | 2,00            |
| 2010               | 96            | ЧАЙ С САХАРОМ   | 200        | 0,08              | 0,00         | 13,03         | 52,44                           | 0,02            |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 40         | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                            | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>420</b> | <b>17,27</b>      | <b>24,58</b> | <b>18,33</b>  | <b>364,70</b>                   | <b>2,38</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |   |            | <b>62,11</b>      | <b>80,53</b> | <b>144,25</b> | <b>1 840,06</b>                 | <b>25,85</b>    |

Ст. Медицинская сестра Шалигина А.В.

*Шалигина А.В.*

Утверждено

Заведующий  
МДОУ №6 Ягодка  
Педяева Е.В./

**МЕНЮ**  
2 октября 2024 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 |                                 |                 |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2017               | 1             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)                                 | 5          | 0,03              | 4,01         | 0,04          | 36,28                           | 0,00            |
| 2010               | 37            | КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ                           | 150        | 2,13              | 5,28         | 6,35          | 82,03                           | 0,39            |
| 2010               | 98            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                | 150        | 3,46              | 3,49         | 18,31         | 119,38                          | 0,58            |
| 2008               | 1             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30         | 2,24              | 0,60         | 15,26         | 279,02                          | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>335</b> | <b>7,86</b>       | <b>13,38</b> | <b>39,96</b>  | <b>516,71</b>                   | <b>0,97</b>     |
| <b>II Завтрак</b>  |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               |               | БАНАН   | 100        | 1,50              | 0,50         | 21,00         | 95,99                           | 10,00           |
|                    |               | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ   | 125        | 0,73              | 0,24         | 23,04         | 99,43                           | 0,80            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>225</b> | <b>2,23</b>       | <b>0,74</b>  | <b>44,04</b>  | <b>195,42</b>                   | <b>10,80</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               | 88            | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/15/5   | 6,07              | 6,31         | 4,44          | 101,88                          | 5,28            |
| 2010               | 84            | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                                     | 30         | 0,20              | 0,76         | 1,80          | 14,85                           | 0,08            |
| 2013               | 210           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ                            | 150        | 11,99             | 16,31        | 18,92         | 271,81                          | 8,87            |
| 2012               | 372           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ЛИМОНА                           | 150        | 0,14              | 0,10         | 16,38         | 68,18                           | 1,65            |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 38         | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                            | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>538</b> | <b>18,40</b>      | <b>23,48</b> | <b>41,54</b>  | <b>456,72</b>                   | <b>15,88</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
|                    |               | СНЕЖОК 2.5%   | 150        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                            | 0,00            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>150</b> | <b>0,00</b>       | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>                     | <b>0,00</b>     |
| <b>Ужин</b>        |               |   |            |                   |              |               |                                 |                 |
| 2008               | к/к           | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ С СЫРОМ                          | 30         | 0,90              | 0,06         | 1,89          | 11,65                           | 1,20            |
| 2010               | 96            | ЧАЙ С САХАРОМ   | 150        | 14,48             | 22,63        | 1,99          | 270,56                          | 0,34            |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30         | 0,06              | 0,00         | 9,81          | 39,44                           | 0,01            |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>330</b> | <b>15,44</b>      | <b>22,69</b> | <b>13,69</b>  | <b>321,65</b>                   | <b>1,55</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |   |            | <b>43,93</b>      | <b>60,29</b> | <b>139,23</b> | <b>1 490,50</b>                 | <b>29,20</b>    |

Ст. Медицинская сестра Шалигина А.В.

*Шалигина А.В.*