

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Илеяева Е.В./

МЕНЮ
4 июня 2024 г.

Если 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	150	4,45	6,21	19,81	153,66	0,42
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ.	150	3,87	3,93	17,05	120,33	0,58
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,24	0,60	15,26	279,02	0,00
Итого			335	10,59	14,75	52,16	589,29	1,00
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	95,98	10,00
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,73	0,24	23,04	99,43	0,80
Итого			225	2,23	0,74	44,04	195,41	10,80
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ.	150/0/8	5,48	5,33	6,97	101,37	4,34
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ.	30	0,30	2,96	1,10	32,56	2,16
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ.	60	14,94	4,25	2,42	107,28	0,38
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ.	120	2,86	3,70	30,03	164,83	0,00
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2010	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			556	23,58	16,24	40,52	406,04	6,88
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Итого			150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУШЕННЫМ МОЛОКОМ.	120/0/25	4,24	6,21	30,17	193,36	0,18
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	150	0,06	0,00	0,12	0,67	0,01
Итого			295	4,30	6,21	30,29	194,03	0,19
Всего				44,92	42,60	173,85	1 472,07	19,65

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.