

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Педяева Е.В./



МЕНЮ

6 ноября 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 | 0,00 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,37 | 3,03 | 0,00 | 37,43 | 0,28 |
| 2010 | 40 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 4,62 | 6,13 | 17,25 | 143,11 | 0,41 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 3,45 | 3,47 | 18,28 | 119,07 | 0,58 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,24 | 0,60 | 15,26 | 279,02 | 0,00 |
| Итого | | | 345 | 12,71 | 17,24 | 50,83 | 614,91 | 1,27 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,84 | 47,19 | 10,04 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,84 | 47,19 | 10,04 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 108 | СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 0,99 | 1,59 | 9,40 | 55,87 | 0,49 |
| 2017 | 98 | КОТЛЕТЫ РУБЕЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 60 | 0,77 | 2,91 | 3,58 | 43,55 | 0,00 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 65 | 1,52 | 2,22 | 6,30 | 52,09 | 13,86 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 65 | 1,53 | 2,28 | 9,08 | 63,22 | 4,26 |
| 2008 | 2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,27 | 29,03 | 0,00 |
| Итого | | | 38 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 528 | 4,81 | 9,00 | 35,63 | 243,76 | 18,61 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2.5% | 150 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 150 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ | 1200/25 | 4,09 | 6,26 | 29,35 | 189,84 | 0,19 |
| к/к | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 | 0,06 | 0,00 | 0,13 | 0,72 | 0,01 |
| Итого | | | 295 | 4,15 | 6,26 | 29,48 | 190,56 | 0,20 |
| Всего | | | 22,07 | 32,90 | 125,78 | 1 096,42 | 30,12 | |

Ст. Медицинская сестра

Шалгина А.В.

Шалгина А.В.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Педяева Е.В./



МЕНЮ

6 ноября 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,39 | 3,06 | 0,00 | 37,80 | 0,28 |
| 2010 | 40 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 6,15 | 8,19 | 22,97 | 191,00 | 0,55 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 4,32 | 4,66 | 22,85 | 151,70 | 0,78 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,98 | 0,80 | 20,30 | 371,10 | 0,00 |
| Итого | | | 450 | 15,84 | 16,71 | 66,12 | 751,60 | 1,61 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 108 | СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 1,33 | 2,12 | 12,58 | 74,74 | 0,66 |
| 2017 | 98 | КОТЛЕТЫ РУБЕЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 0,89 | 3,40 | 4,18 | 50,82 | 0,00 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 75 | 1,73 | 2,54 | 7,25 | 59,74 | 15,99 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 75 | 1,76 | 2,64 | 10,47 | 72,97 | 4,91 |
| 2008 | 2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| Итого | | | 668 | 5,71 | 10,70 | 44,16 | 296,97 | 21,56 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2.5% | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ | 145/0/30 | 5,04 | 7,73 | 35,87 | 233,16 | 0,22 |
| к/к | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,08 | 0,00 | 0,16 | 0,95 | 0,02 |
| Итого | | | 375 | 5,12 | 7,73 | 36,03 | 234,11 | 0,24 |
| Всего | | | 26,67 | 35,14 | 146,31 | 1 282,68 | 23,41 | |

Ст. Медицинская сестра

Шалгина А.В.

Шалгина А.В.