

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е.В./

МЕНЮ

7 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		
Завтрак							
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ),	7	0,04	5,61	0,06	50,79
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	200	4,83	7,69	27,36	198,68
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,08	0,00	14,10	56,70
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			447	4,95	13,30	41,52	306,17
II Завтрак							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	200	8,39	5,75	13,82	140,71
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,20	0,74	1,73	14,39
2010	59	КОЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,72	10,88	4,97	156,55
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,26	5,50	32,84	209,60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,11	21,74	90,17
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			678	25,73	22,98	75,10	611,42
Полдник							
		"ЗЕФИР"	30	0,00	0,00	0,00	0,00
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	200	0,08	0,00	0,16	0,96
Итого			230	0,08	0,00	0,16	0,96
Ужин							
		СЕЛЬДЬ С/С В МАСЛЕ	25	0,00	0,00	0,00	0,00
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	200	4,22	8,83	32,53	227,33
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,08	0,00	15,65	62,88
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			465	4,30	8,83	48,18	290,21
Всего				36,06	45,31	185,16	1 294,76

Ст. Медицинская сестра

Шаплина А.В

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е.В./

МЕНЮ

7 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		
Завтрак							
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ),	5	0,03	4,01	0,04	36,28
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	150	3,61	5,64	20,51	147,99
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,06	0,00	10,56	42,42
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНЧНЫЙ	30	2,24	0,60	15,26	279,02
Итого			335	5,94	10,25	46,37	505,71
II Завтрак							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	7,84	5,67	10,36	123,92
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,20	0,76	1,80	14,85
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,69	5,01	30,28	192,80
2010	59	КОЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,33	9,31	4,25	133,96
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,08	16,30	67,59
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			548	23,18	20,83	62,99	533,12
Полдник							
		"ЗЕФИР"	30	0,00	0,00	0,00	0,00
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,08	0,00	0,13	0,74
Итого			180	0,08	0,00	0,13	0,74
Ужин							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,20
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	150	3,17	6,57	24,41	170,06
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	11,75	47,18
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНЧНЫЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			360	3,47	6,60	36,91	221,44
Всего				33,65	37,88	166,60	1 347,01

Ст. Медицинская сестра

Шаплина А.В