

Согласовано

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

МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

Сад 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).	7		5,6	0,1	51	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	200	4,7	7,8	27,3	199	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		14,2	57	0
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНЧНЫЙ	40					0
Итого			447	4,8	13,4	41,6	307	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	200	8,4	5,7	13,8	141	3,1
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	1,4	0,1	2,9	18	1,9
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,1	10,9	4,2	154	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,2	0,7	1,7	14	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	130	7,3	5,5	32,8	210	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			728	27,4	22,9	65,1	576	5
Полдник								
2010	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ.	70	4,4	5,1	35,4	207	1,6
2017	112	НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ.	200			7,8	31	0
Итого			270	4,4	5,1	43,2	238	1,6
Ужин								
		СЕЛЬДЬ С/С В МАСЛЕ	30					0
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	200	4,2	8,9	32,6	227	16,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			470	4,3	8,9	48,3	290	16,2
Всего				41,9	50,5	218,4	1497	27,4

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

12 февраля 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		4		36	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ.	150	3,6	5,7	20,5	148	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		10,6	43	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	5,9	10,3	46,4	506	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	7,9	5,7	10,3	124	2,3
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	30	0,9	0,1	1,7	11	1,1
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,7	9,3	3,6	133	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,2	0,7	1,7	14	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	120	6,7	5	30,3	193	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.	150			14,6	58	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			578	24,4	20,8	62,2	533	3,4
Полдник								
2010	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ.	70	4,4	5,1	35,4	207	1,6
2017	112	НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ.	150			5,8	23	0
Итого			220	4,4	5,1	41,2	230	1,6
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,5
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ.	150	3,1	6,5	24,4	170	12,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			360	3,5	6,6	37,2	224	19,6
Всего				39,2	43	207,2	1579	29

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.