

Согласовано



Заведующий  
МДОУ №6 Ягодка  
Ледяева Е.В./

## МЕНЮ

15 января 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		4,1		37	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	150	3,7	5,7	20,9	151	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		10,1	41	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,2	0,6	15,3	279	0
<b>Итого</b>			<b>338</b>	<b>6</b>	<b>10,4</b>	<b>46,3</b>	<b>508</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	8,3	5,3	12,3	129	2,6
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	31	0,9	0,1	1,8	11	1,2
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	75	9,6	10,3	6	156	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	120	6,9	5,1	31	198	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	50	0,4	1,3	3,1	25	0,1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".	150			13,9	55	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42					0
<b>Итого</b>			<b>618</b>	<b>26,1</b>	<b>22,1</b>	<b>68,1</b>	<b>574</b>	<b>4,2</b>
<b>Полдник</b>								
2010	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.	75	9,1	5,8	29	221	0,07
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,2	45	0
<b>Итого</b>			<b>225</b>	<b>9,2</b>	<b>5,8</b>	<b>40,2</b>	<b>266</b>	<b>0,07</b>
<b>Ужин</b>								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ.	160	3,6	6,4	26,7	179	13,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,2	45	0
2009	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>3,7</b>	<b>6,4</b>	<b>37,9</b>	<b>224</b>	<b>13,5</b>
<b>Всего</b>				<b>46</b>	<b>44,9</b>	<b>212,7</b>	<b>1658</b>	<b>22,17</b>

Ст.Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Масляева В.А.

Согласовано



Заведующий  
МДОУ №6 Ягодка  
Ледяева Е. В./

## МЕНЮ

15 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7		5,7	0,1	52	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	200	4,9	7,9	27,7	202	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		13,5	54	0
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНЧНЫЙ	44					0
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>5</b>	<b>13,6</b>	<b>41,3</b>	<b>308</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	200	9,1	5,3	16,2	150	3,4
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	52	1,5	0,1	3,1	19	2
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	75	9,6	10,3	6	156	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	130	7,5	5,6	33,7	215	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	50	0,4	1,3	3,1	26	0,1
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			9,2	37	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53					0
<b>Итого</b>			<b>760</b>	<b>28,1</b>	<b>22,6</b>	<b>71,3</b>	<b>603</b>	<b>5,8</b>
<b>Полдник</b>								
2010	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.	75	9,1	5,8	29	221	0,07
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		14,9	60	0
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>9,2</b>	<b>5,8</b>	<b>43,9</b>	<b>281</b>	<b>0,07</b>
<b>Ужин</b>								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	215	4,8	8,6	35,5	239	17,9
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		14,9	60	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44					0
<b>Итого</b>			<b>459</b>	<b>4,9</b>	<b>8,6</b>	<b>50,4</b>	<b>299</b>	<b>17,9</b>
<b>Всего</b>				<b>48,2</b>	<b>50,8</b>	<b>227,1</b>	<b>1577</b>	<b>28,37</b>

Ст. Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Масляева В.А.