

Согласовано



Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

16 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ). | 5 | | 3,9 | | 35 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ. | 150 | 4,1 | 6 | 19 | 148 | 0,4 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ. | 145 | 3,6 | 3,7 | 16,7 | 115 | 0,6 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 2,2 | 0,6 | 15,3 | 279 | 0 |
| Итого | | | 328 | 9,9 | 14,2 | 51 | 577 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 117 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55 | 11,7 |
| Итого | | | 117 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55 | 11,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 150 | 8,9 | 10,3 | 5,6 | 153 | 7,2 |
| к/к | к/к | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 31 | 0,3 | | 0,8 | 5 | 3,2 |
| 2017 | 74 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ. | 65 | 11,5 | 2,2 | 2,8 | 77 | 0,3 |
| 2010 | 73 | РИС ОТВАРНОЙ. | 120 | 2,8 | 3,7 | 30,2 | 165 | 0 |
| 2017 | 112 | НАПИТОК С БРУСНИКОЙ. | 150 | | | 6,6 | 26 | 0 |
| 2010 | 1 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | | 0 |
| Итого | | | 516 | 23,5 | 16,2 | 46 | 426 | 10,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 143 | 4 | 4,5 | 6,5 | 93 | 0,8 |
| Итого | | | 143 | 4 | 4,5 | 6,5 | 83 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУШЕННЫМ МОЛОКОМ. | 125/0/25 | 4,2 | 8,3 | 29,6 | 210 | 0,2 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА. | 150 | 0,1 | | 0,1 | 1 | 0 |
| Итого | | | 300 | 4,3 | 8,3 | 29,7 | 211 | 0,2 |
| Всего | | | | 42,2 | 43,7 | 144,7 | 1352 | 24,4 |

Ст. Медицинская сестра _____ Масляева В.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

16 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ). | 7 | | 5,4 | 0,1 | 49 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ. | 200 | 5,6 | 8 | 25,5 | 197 | 0,5 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ. | 195 | 4,8 | 5 | 22,2 | 154 | 0,8 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 37 | 3 | 0,8 | 20,3 | 371 | 0 |
| Итого | | | 439 | 13,4 | 19,2 | 68,1 | 771 | 1,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 117 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55 | 11,7 |
| Итого | | | 117 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55 | 11,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 5,1 | 7,7 | 7,4 | 125 | 9,8 |
| к/к | к/к | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 31 | 0,3 | | 0,8 | 5 | 3,2 |
| 2017 | 74 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ. | 65 | 11,5 | 2,2 | 2,8 | 77 | 0,3 |
| 2010 | 73 | РИС ОТВАРНОЙ. | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 207 | 0 |
| 2017 | 112 | НАПИТОК С БРУСНИКОЙ. | 200 | | | 8,7 | 35 | 0 |
| 2010 | 1 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | | 0 |
| Итого | | | 646 | 20,5 | 14,5 | 57,4 | 449 | 13,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 190 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| Итого | | | 190 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУШЕННЫМ МОЛОКОМ. | 155/0/30 | 5 | 10,3 | 36,5 | 260 | 0,2 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА. | 200 | 0,1 | | 0,1 | 1 | 0 |
| Итого | | | 385 | 5,1 | 10,3 | 36,6 | 261 | 0,2 |
| Всего | | | | 45,1 | 50,7 | 182,7 | 1652 | 27,5 |

Ст.Медицинская сестра _____ Масляева В.А.