

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

17 ноября 2023 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ."	150	4	6,5	15,7	139	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	11,7		47	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	6,3	11,1	42,7	501	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								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/0/6	4,5	5,1	9,5	106	3,8
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,4	1,8	2,3	27	2,4
2010	62	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,8	10	4,8	168	7,7
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,9	27,9	165	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150			8,7	35	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			554	21,1	20,8	53,2	500	13,9
Полдник								
		ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	20					0
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
Итого			170	0,1		0,1	1	0
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,2	16,2	2,2	202	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕННЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,1		8,4	34	0,4
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			335	13,2	16,3	12,5	248	1,8
Всего				41,7	48,4	128,7	1336	20,1

Ст. Медицинская сестра Валера Маслева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

17 ноября 2023 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								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7	5,6	0,1		51	0
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	5,5	8,8	21	186	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			447	8,6	15,2	57,1	671	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								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	6,4	7	12,8	144	5,2
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,5	3,1	3,7	45	4,1
2010	62	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	70	13,7	11,7	5,7	195	9
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	5,4	5	34,9	206	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			9,7	39	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					0
Итого			724	26	26,8	66,8	629	18,3
Полдник								
		ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	20					0
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
Итого			220	0,1		0,2	1	0
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,1	17,3	2,5	218	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕННЫЙ ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23	2,4
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1		11	45	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			435	15	17,4	17,3	286	3,1
Всего				50,7	59,6	161,6	1673	26

Ст. Медицинская сестра Валера Маслева В.А.