

Согласовано



Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

19 января 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	Угле-воды, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7		5,6	0,1	51	0
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	150	4,9	7,3	18,3	158	0,97
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ.	200	3,1	3,3	20,6	125	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			397	11	17	59,3	705	1,57
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	100					0
Итого			100					0
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ.	200	2,9	2,3	15,2	93	9,54
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,6	2	3,2	34	3,7
2010	62	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,8	9,9	4,8	163	7,7
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,3	4,7	27,4	169	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			23,3	93	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ	48					0
Итого			698	19,6	18,9	73,9	557	20,94
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	30					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		13,1	53	0
Итого			230	0,1		13,1	53	0
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	120	7	11,5	1,9	138	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	2,5	16	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			400	8,3	11,6	20,1	217	1,8
Всего				39	47,5	166,4	1532	24,31

Ст.Медицинская сестра _____ Масляева В.А.

Согласовано



Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е. В./

МЕНЮ

19 января 2024 г.

Ясли 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).	5		4		36	0
2012	413	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	150	4	7,5	15,7	148	0,4
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ.	150	2,3	2,4	15,3	94	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	8,5	14,5	46,3	557	0,8
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	100					0
Итого			100					0
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ.	150	2,2	1,7	11,5	70	7,17
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,5	1,6	2,5	26	2,8
2010	62	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,8	9,9	4,8	168	7,7
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	120	3,4	3,8	21,9	136	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			17,5	70	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			548	17,9	17	58,2	470	17,67
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	30					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
Итого			180	0,1		11,7	47	0
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	120	7	11,5	1,9	138	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30					0
Итого			330	8	11,6	15,5	197	1,4
Всего				34,5	43,1	131,7	1271	19,87

Ст. Медицинская сестра _____ Масляева В.А.