

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

21 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

МЕНЮ

21 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3	38	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	7	5,4	0,1	49	0
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	8,3	22,1	186
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5	22,6	155
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371
Итого			457	15,7	22,5	65,1	799
II Завтрак							
		КИВИ	60				0
Итого			60				0
Обед							
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	200	7,1	7,8	18,1	171
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	5	1,9	54
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15	4,3	2,6	108
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,5	5,4	20,9	147
2017	112	НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ	200		7,4		29
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48				0
Итого			708	26,1	22,5	50,9	509
Полдник							
		"ЗЕМИР"	30	0,2		23,2	95
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1
Итого			230	0,3		23,4	96
Ужин							
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/0/30	5,1	7,7	36,8	236
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1
Итого			380	5,2	7,7	37	237
Всего				47,3	52,7	176,4	1641

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.

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								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3	38	0,3	
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	5		3,9	35	0	
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	6,3	16,7	141	
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,8	4	17	120	
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	
Итого			345	12,6	17,8	49	613	
II Завтрак								
		КИВИ	60				0	
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,1	99	
Итого			185	0,8	0,3	23,1	99	
Обед								
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	150	5,5	5,8	13,5	128	
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,3	2,9	1,1	33	
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15	4,3	2,6	108	
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,6	4,3	14,9	109	
2017	112	НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ	150		5,5		22	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38				0	
Итого			548	23,4	17,3	37,6	400	
Полдник								
		"ЗЕМИР"	30	0,2		23,2	95	
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	
Итого			180	0,3		23,3	96	
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/0/25	4,3	6,2	29,8	193	
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	
Итого			295	4,4	6,2	29,9	194	
Всего				41,5	41,6	162,9	1402	

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.