

Согласовано



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

МЕНЮ

25 августа 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								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,9	2,4		30	0,2
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7	5,6	0,1		51	0
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	6,6	9,7	24,5	211	1,3
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			455	11,6	18,5	60,6	726	1,5
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	РАССОЛЫНИК 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	ОПАДЫ 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	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,8	0,2	31,5	133	0,2
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					0
Итого			724	26,8	27	88,6	723	18,5
Полдник								
		ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	20					0
к/к	к/к	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	17,3	2,5	218	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23	2,4
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	27,1	114	82,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			430	15,3	17,6	33,4	355	84,7
Всего			54,8	63,3	203	1891	108,7	

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Масляева В.А.

Согласовано



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

МЕНЮ

25 августа 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								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,9	2,4		30	0,2
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			343	8,2	13,5	42,7	531	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			300	1,4	0,6	30	133	14
Обед								
2010	8	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/0/6	4,5	5,1	9,5	105	3,8
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,4	1,8	2,3	27	2,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	120	4,4	3,9	27,9	165	0
2010	62	ОПАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,7	9,9	4,8	167	7,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	150	0,6	0,2	23,6	99	0,2
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			554	21,6	20,9	68,1	563	14,1
Полдник								
		ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	20					0
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	150	0,1		0,1	1	0
Итого			170	0,1		0,1	1	0
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,1	16,1	2,2	202	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	20,2	85	61,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			330	13,4	16,4	24,3	299	63
Всего			44,7	51,4	165,2	1527	91,7	

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Масляева В.А.