

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./



МЕНЮ

26 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								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1	2,1	26	0,2
2008	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7	5,8	0,1	5,2	52	0
2009	50	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,9	8,6	22,4	190	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,7	4,7	24,4	159	0,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			464	12,2	21,2	46,9	427	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								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МК БУЛЬОНЕ	200	6,8	6,5	14,6	145	7,2
2010	64	"ЕЖИК" МЯСНЫЕ	70	10,2	10,2	13,3	185	2
2010	5	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ	150	2	10,4	13,6	156	5,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	23,8	99	52
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			668	19,3	27,2	65,3	585	66,7
Полдник								
		"ЗЕФИР"	30	0,2		23,2	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
Итого			230	0,3		23,4	96	0
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ	200	3,8	7,6	22,2	175	16,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		15,7	63	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			440	3,9	7,6	37,9	238	16,8
Всего				36,7	56,2	193,7	1432	89

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./



МЕНЮ

26 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								
2008	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2009	50	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150		4,3	16,7	142	0,4
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		3,5	18,3	120	0,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			335		7,8	14	299	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МК БУЛЬОНЕ	150	5,5	5,9	11,1	121	5,3
2010	64	"ЕЖИК" МЯСНЫЕ	80	8,8	8,5	11,5	159	1,7
2010	5	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,6	8,2	10,8	124	4,4
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	17,9	74	39
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			518	16,1	22,7	51,3	478	50,4
Полдник								
		"ЗЕФИР"	30	0,2		23,2	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
Итого			180	0,3		23,4	96	0
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ	150	2,8	5,9	16,7	131	12,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			330	2,9	5,9	28,4	178	12,5
Всего				28,1	42,7	158,3	1137	67,9

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.