

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В.



МЕНЮ

26 марта 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								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,45	6,21	19,81	153,66	0,42
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,87	3,93	17,05	120,33	0,56
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,24	0,60	15,26	279,02	0,00
Итого			335	10,59	14,75	52,16	589,29	1,00
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	95,99	10,00
Итого		ПОРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,73	0,24	23,04	99,43	0,80
Итого			225	2,23	0,74	44,04	195,42	10,80
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА МИК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	1500/8	5,48	5,33	6,99	101,42	4,34
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,30	2,96	1,10	32,56	2,16
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15,05	4,33	2,54	108,89	0,38
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,84	3,69	29,89	164,12	0,00
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	150	0,00	0,00	4,94	19,74	0,00
2010	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			556	23,67	16,31	45,46	426,73	6,88
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Итого			150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/30	1,98	6,11	13,92	120,04	0,10
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	5,79	23,36	0,01
Итого			300	2,04	6,11	19,71	143,40	0,11
Всего				42,75	42,57	166,21	1 442,14	19,57

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В.



МЕНЮ

26 марта 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	0,04	5,61	0,06	50,79	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,95	8,28	26,46	204,88	0,56
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,16	5,24	22,73	160,43	0,78
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,98	0,80	20,30	371,10	0,00
Итого			447	14,13	19,93	69,55	787,20	1,34
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00
Итого		ПОРЕ ЯБЛОЧНОЕ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА МИК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	7,22	7,05	9,25	133,74	5,71
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,50	4,93	1,83	54,29	3,60
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15,05	4,33	2,55	108,97	0,38
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,55	4,66	37,30	205,38	0,00
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,00	0,00	6,59	26,32	0,00
2010	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			716	26,32	20,97	57,62	528,70	9,69
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	6,52	9,57	122,22	1,09
Итого			200	5,91	6,52	9,57	122,22	1,09
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/30	2,17	7,17	16,93	142,60	0,13
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	7,76	31,27	0,02
Итого			380	2,24	7,17	24,69	173,87	0,15
Всего				50,10	55,09	182,33	1 707,99	22,27

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.