

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е.В./**МЕНЮ**
27 сентября 2023 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
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ.	150	2,1	5,3	6,3	82	0,4
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	150	3,5	3,5	18,3	120	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	7,8	13,4	39,9	517	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			300	1,4	0,6	28,8	127	12,8
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	5,5	5,1	9,1	104	0,3
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,1	8,5	1,5	121	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	120	6,8	5,5	31	201	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			518	21,4	19,1	50,3	461	0,3
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	7,5	4,8	12,8	131	0,9
Итого			150	7,5	4,8	12,8	131	0,9
Ужин								
2010	26	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ.	120	3,2	6,6	19,8	152	8,2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,1	0,6	1,1	10	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		9,8	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			330	3,4	7,2	30,7	201	8,2
Всего				41,5	45,1	162,5	1437	23,2

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

27 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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).	7		5,6	0,1	51	0
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ.	200	2,8	7,3	8,5	111	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	200	4,7	4,7	24,4	159	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			457	12,9	21,4	53,3	730	1,6
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	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	250	7,3	7,1	15,4	155	0,7
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,1	8,5	1,5	121	0
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	130	7,4	5,2	32,8	211	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			11,6	47	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					0
Итого			688	23,8	20,8	61,3	534	0,7
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	200	10	6,4	17	174	1,2
Итого			200	10	6,4	17	174	1,2
Ужин								
2010	26	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ.	150	4	8,3	24,8	190	10,3
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,1	0,6	1,1	10	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		13,1	53	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			420	4,2	8,9	39	253	10,3
Всего				51,9	57,7	190,8	1777	17,8

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.