

Согласовано

Заведующий  
МДОУ №6 Ягодка  
Ледяева Е.В./




**МЕНЮ**

29 января 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецел-тур | № техн. карты | Наименование блюда                                       | Выход      | Химический состав |             | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|-------------------------------|----------------|
|                    |               |  |            | Белки, г          | Жиры, г     |                               |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2017               | 1             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).                               | 5          | 4                 |             | 36                            | 0              |
| 2010               | 33            | КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ.                            | 150        | 3,6               | 5,7         | 20,5                          | 148            |
| 2010               | 96            | ЧАЙ С САХАРОМ.   | 150        | 0,1               |             | 10,6                          | 43             |
| 2008               | 1             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 30         | 2,2               | 0,6         | 15,3                          | 279            |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>335</b> | <b>5,9</b>        | <b>10,3</b> | <b>46,4</b>                   | <b>506</b>     |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2008               | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ   | 200        | 1                 | 0,2         | 20,2                          | 86             |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>200</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>20,2</b>                   | <b>86</b>      |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2008               | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.            | 150        | 7,9               | 5,7         | 10,3                          | 124            |
| 2012               | 30            | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ  | 30         | 0,9               | 0,1         | 1,7                           | 11             |
| 2008               | 272           | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ                            | 70         | 9,9               | 10,9        | 2,7                           | 148            |
| 2010               | 84            | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.                                   | 50         | 0,4               | 1,2         | 2,7                           | 24             |
| 2008               | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.                              | 120        | 6,7               | 5           | 30,3                          | 193            |
| 2010               | 91            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".             | 150        |                   |             | 14,6                          | 58             |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 38         |                   |             |                               | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>608</b> | <b>25,8</b>       | <b>22,9</b> | <b>62,3</b>                   | <b>558</b>     |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2010               | 114           | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СЛОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ. | 70         | 4,4               | 5,1         | 35,4                          | 207            |
| 2017               | 112           | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ.                                      | 150        |                   |             | 5,5                           | 22             |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>220</b> | <b>4,4</b>        | <b>5,1</b>  | <b>40,9</b>                   | <b>229</b>     |
| <b>Ужин</b>        |               |  |            |                   |             |                               |                |
| к/к                | к/к           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ  | 30         | 0,2               |             | 0,7                           | 4              |
| 2010               | 24            | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.                                      | 150        | 3,1               | 6,5         | 24,4                          | 170            |
| 2010               | 96            | ЧАЙ С САХАРОМ.   | 150        | 0,1               |             | 11,7                          | 47             |
| 2008               | 3             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 30         |                   |             |                               | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>360</b> | <b>3,4</b>        | <b>6,5</b>  | <b>36,8</b>                   | <b>221</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>40,5</b>       | <b>45</b>   | <b>206,6</b>                  | <b>1600</b>    |

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий  
МДОУ №6 Ягодка  
Ледяева Е.В./



**МЕНЮ**

29 января 2024 г.

Сад 12 часов

| Сбор-ник рецел-тур | № техн. карты | Наименование блюда                                       | Выход      | Химический состав |             | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|-------------------------------|----------------|
|                    |               |  |            | Белки, г          | Жиры, г     |                               |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2017               | 1             | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).                               | 7          |                   | 5,6         | 0,1                           | 51             |
| 2010               | 33            | КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ.                            | 200        | 4,7               | 7,8         | 27,3                          | 199            |
| 2010               | 96            | ЧАЙ С САХАРОМ.   | 200        | 0,1               |             | 14,2                          | 57             |
| 2008               | 3             | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 40         |                   |             |                               | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>447</b> | <b>4,8</b>        | <b>13,4</b> | <b>41,6</b>                   | <b>307</b>     |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2008               | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ   | 200        | 1                 | 0,2         | 20,2                          | 86             |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>200</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>20,2</b>                   | <b>86</b>      |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2008               | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.            | 200        | 8,4               | 5,7         | 13,8                          | 141            |
| 2012               | 50            | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ  | 50         | 1,4               | 0,1         | 2,9                           | 18             |
| 2008               | 272           | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ                            | 70         | 9,9               | 10,9        | 2,7                           | 148            |
| 2010               | 84            | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.                                   | 50         | 0,4               | 1,2         | 2,7                           | 24             |
| 2008               | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.                              | 130        | 7,3               | 5,5         | 32,8                          | 210            |
| 2008               | 2             | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".             | 200        |                   |             | 9,7                           | 39             |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 48         |                   |             |                               | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>748</b> | <b>27,4</b>       | <b>23,4</b> | <b>64,6</b>                   | <b>580</b>     |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |             |                               |                |
| 2010               | 114           | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СЛОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ. | 70         | 4,4               | 5,1         | 35,4                          | 207            |
| 2017               | 112           | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ.                                      | 200        |                   |             | 7,4                           | 29             |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>270</b> | <b>4,4</b>        | <b>5,1</b>  | <b>42,8</b>                   | <b>236</b>     |
| <b>Ужин</b>        |               |  |            |                   |             |                               |                |
|                    |               | СЕЛЬДЬ С С В МАСЛЕ                                       | 30         |                   |             |                               | 0              |
| 2010               | 24            | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ                                       | 200        | 4,2               | 8,9         | 32,6                          | 227            |
| 2010               | 96            | ЧАЙ С САХАРОМ.   | 200        | 0,1               |             | 15,7                          | 63             |
| 2008               | 3             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 40         |                   |             |                               | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>470</b> | <b>4,3</b>        | <b>8,9</b>  | <b>48,3</b>                   | <b>290</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>41,9</b>       | <b>51</b>   | <b>217,5</b>                  | <b>1499</b>    |

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.