

Согласовано

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

МЕНЮ

29 сентября 2023 г.

Ясли 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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2009	50	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ.	150	4,3	6,4	16,7	142	0,4
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	150	3,5	3,5	18,3	120	0,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			335	7,8	14	35	299	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	7,8	38	8
Итого			280	1,3	0,5	28	124	12
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА М/К БУЛЬОНЕ.	150	5,5	6	11,1	121	5,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	120	4,4	3,9	27,9	164	0
2010	62	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,8	10	4,8	168	7,7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".	150			14,6	58	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			518	21,7	19,9	58,4	511	13
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,7	43	0
Итого			204	0,1		10,7	43	0
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ.	150	2,8	5,8	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	5,8	28,4	178	12,5
Всего				33,8	40,2	160,5	1155	38,5

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.



МЕНЮ

29 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2009	50	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" 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			447	10,6	19,1	46,9	401	1,3
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 М/К БУЛЬОНЕ.	200	5,8	5,7	14,6	134	7,2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	5,4	4,9	34,9	205	0
2010	62	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,8	10	4,8	168	7,7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".	200			19,4	77	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			658	23	20,6	73,7	584	14,9
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,5	62	0
Итого			224			15,5	62	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				38,5	47,5	194,2	1371	37

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.