

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./



МЕНЮ

8 декабря 2023 г. "Ягодка"

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ тех. 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 "ТЕРКУЛЕС" 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
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МИК БУЛЬОНЕ	150	5,5	5,9	11,1	121	5,3
2010	64	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	60	8,8	8,5	11,5	159	1,7
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,6	8,2	10,8	124	4,4
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И КУРАГИ	150	0,1	0,1	10,1	42	0,7
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			518	16	22,7	43,5	446	12,1
Полдник								
		"ЗЕФИР"	30	0,2		23,2	95	0
2008	430	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	5,8	16,7	131	12,5
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,1		6,7	27	0,4
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			335	2,9	5,8	23,4	158	12,9
Всего				28	42,7	145,5	1085	30

Ст. Медицинская сестра *В.А. Масляева* Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./



МЕНЮ

8 декабря 2023 г. "Ягодка"

Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ тех. 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)	7		5,8	0,1	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	158	0,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			447	10,6	19,1	48,9	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 МИК БУЛЬОНЕ	200	6,8	6,5	14,6	145	7,2
2010	64	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	10,2	10,2	13,3	185	2
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	150	2	10,4	13,6	156	5,5
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И КУРАГИ	200	0,1	0,1	13,6	56	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			668	19,1	27,2	55,1	542	15,7
Полдник								
		"ЗЕФИР"	30	0,2		23,2	95	0
2008	430	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
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1		8,6	36	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			445	3,9	7,6	30,8	211	17,3
Всего				34,9	54,1	176,4	1336	38,3

Ст. Медицинская сестра *В.А. Масляева* Масляева В.А.