

Согласовано

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

МЕНЮ

1 марта 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 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,4 | 3 | | 38 | 0,3 |
| 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 | | | 450 | 12,9 | 15,8 | 53,2 | 679 | 1,6 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 112 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ. | 200 | | | 7,4 | 30 | 0 |
| Итого | | | 200 | | | 7,4 | 30 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 13 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. | 200 | 1,9 | 2,1 | 12,3 | 76 | 0,6 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0,2 | | 0,5 | 3 | 2 |
| 2010 | 68 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 70 | 1,3 | 16,3 | 5,7 | 181 | 1,1 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. | 130 | 7,4 | 5,2 | 32,8 | 211 | 0 |
| 2008 | 2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С. | 200 | 0,5 | 0,1 | 24,4 | 101 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | 48 | | | | | 0 |
| Итого | | | 668 | 11,3 | 23,7 | 75,7 | 572 | 3,7 |
| 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 | 189 | 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 | 252 | 10,3 |
| Всего | | | | 38,4 | 54,8 | 192,3 | 1707 | 16,8 |

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

