

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
(Ледяева Е.В.)



МЕНЮ

10 июля 2023 г

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ.	150	3,6	5,7	20,5	148	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		10,6	43	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	5,9	10,3	46,4	506	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	7,9	5,7	10,3	124	2,3
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	30	0,9	0,1	1,7	11	1,1
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	60	7,6	8,9	4,9	130	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	120	6,7	5	30,3	193	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".	150			14,6	58	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			548	23,1	19,7	61,8	516	3,8
Полдник								
2010	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ.	70	4,4	5,1	35,4	207	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
Итого			220	4,5	5,1	47,1	254	1,6
Ужин								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	150	2,4	6,4	19,1	145	9,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			350	2,7	6,4	31,3	195	11,4
Всего				37,2	41,7	206,8	1557	21,2

Ст. Медицинская сестра _____ Масляева В.А.

МЕНЮ

10 июля 2023 г.

Сад 12 часов



Утверждаю

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

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)	7		5,6	0,1	51	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	200	4,7	7,8	27,3	199	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		14,2	57	0
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНЧНЫЙ	40					0
Итого			447	4,8	13,4	41,6	307	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	1,4	0,1	2,9	18	1,9
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,4	5,7	13,8	141	3,1
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	70	8,9	10,4	5,8	151	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,3	5,5	32,8	210	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			698	26	21,7	65	559	5,4
Полдник								
2010	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ	70	4,4	5,1	35,4	207	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
Итого			270	4,5	5,1	51,1	270	1,6
Ужин								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	200	3,3	8,7	25,4	194	12,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			460	3,6	8,7	41,6	260	14,5
Всего				39,9	49,1	219,5	1482	26,1

Ст. Медицинская сестра

Масляева В. А.