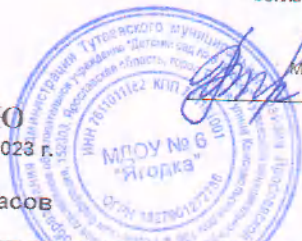


Согласовано



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

МЕНЮ

11 января 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	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6	17,2	143	0,4
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,4	3,5	16,3	119	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			346	12,6	17,1	60,8	615	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	15	0,1	0,1	1,5	7	1,5
Итого			15	0,1	0,1	1,5	7	1,5
Обед								
2008	108	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1	1,6	9,3	56	0,4
2017	98	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	0,8	2,9	3,6	44	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	65	1,5	2,2	6,3	52	13,9
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	65	1,3	2,2	7	52	3,2
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	150	0,5	0,2	14,3	70	66
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			628	5,1	9,1	40,5	274	83,5
Полдник								
		СНЕЖОК 2.5%	150					0
Итого			150					0
Ужин								
2017	118	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	120/30	9,9	9,2	70,8	406	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
Итого			300	10	9,2	70,9	407	0,5
Всего				27,7	36,6	163,7	1303	86,8

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.



Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ
11 января 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7		5,6	0,1	51	0
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	6,1	8,2	23,1	191	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	22,9	152	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			457	16,9	22,3	66,4	803	1,7
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	15	0,1	0,1	1,5	7	1,5
Итого			15	0,1	0,1	1,6	7	1,6
Обед								
2008	108	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ.	200	1,3	2,1	12,6	75	0,6
2017	98	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	0,9	3,4	4,2	51	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.	75	1,8	2,5	7,4	60	15,9
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.	75	1,5	2,4	8	60	3,7
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,7	0,3	19,1	94	88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					0
Итого			668	6,2	10,7	61,3	340	108,2
Полдник								
		СНЕЖОК 2.5%	200					0
Итого			200					0
Ужин								
2017	118	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ.	130/30	10,5	9,8	75,6	433	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	200	0,1		0,2	1	0
Итого			360	10,6	9,8	75,8	434	0,5
Всего				32,8	42,9	196	1584	111,9

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.