

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е.В./МЕНЮ
14 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									
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	7		5,6		0,1	51	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4		3		38	0,3
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	8,3	22,1		186	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5	22,6		155	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3		371	0
Итого			457	15,7	22,7	65,1		801	1,7
II Завтрак									
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21		96	10
Итого			100	1,5	0,5	21		96	10
Обед									
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	200	7,1	7,8	18,1		171	3,5
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	5	1,9		54	3,6
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	11,5	14,7	7,8		209	2,3
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	5,3	18,5		136	8,6
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			11,6		47	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48						0
Итого			723	22,3	32,8	57,9		617	18
Полдник									
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ.	200			8,7		35	0
Итого			200			8,7		35	0
Ужин									
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	155/0/30	5,4	7,7	36,6		236	0,2
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2		1	0
Итого			385	5,5	7,7	36,8		237	0,2
Всего				45	63,7	189,5		1786	29,9

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е.В./МЕНЮ
14 марта 2023г.

Ясли 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	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	6,3	16,7	141	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,8	4	17	120	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			345	12,6	18	49	615	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ.....	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	150	5,5	5,8	13,5	128	2,6
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ.	30	0,3	2,9	1,1	33	2,1
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	65	9,8	12,6	6,7	179	2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.	120	2,6	4,3	14,9	109	6,9
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			553	18,2	25,6	44,9	484	13,6
Полдник								
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ.	200			8,7	35	0
Итого			200			8,7	35	0
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СУШЕННЫМ МОЛОКОМ.	120/0/25	4,3	6,3	29,8	192	0,2
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	150	0,1		0,1	1	0
Итого			295	4,4	6,3	29,9	193	0,2
Всего				36,2	50,1	152,7	1413	19,2

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.