

Согласовано



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

## МЕНЮ

21 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	8		6,2	0,1	56	0
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА".	200	6,1	3,8	33,6	194	0,5
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ.	200	3	3,2	20,3	123	0,5
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,8	20,3	371	0
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>12,1</b>	<b>14</b>	<b>74,3</b>	<b>744</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	1,3	2,6	6,6	58	7,1
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ.	75	18,5	5,7	3,2	137	0,5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ.	150	3,6	5,4	37,6	213	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	1,9	3	32	0,4
		КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	195			31,5	126	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ	49					0
<b>Итого</b>			<b>719</b>	<b>23,8</b>	<b>15,6</b>	<b>81,9</b>	<b>566</b>	<b>8</b>
<b>Полдник</b>								
		ПРЯНИКИ	22					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		13	53	0
<b>Итого</b>			<b>222</b>	<b>0,1</b>		<b>13</b>	<b>53</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	18	4,2	5,4		66	0,5
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	200	7,3	7,1	46,5	279	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,6	63	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39					0
<b>Итого</b>			<b>457</b>	<b>11,6</b>	<b>12,5</b>	<b>62,1</b>	<b>408</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>42,3</b>	<b>251,5</b>	<b>1857</b>	<b>13,5</b>

Ст. Медицинская сестра

*Ледяева*

Масляева В.А.

Согласовано

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

## МЕНЮ

21 сентября 2023 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	6		4,5		40	0
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА".	150	4,5	2,8	25,1	145	0,4
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ.	150	2,2	2,4	15,2	92	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,6	15,3	279	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>8,9</b>	<b>10,3</b>	<b>55,6</b>	<b>556</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	157	0,6	0,6	15,3	74	15,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>357</b>	<b>1,6</b>	<b>0,8</b>	<b>35,5</b>	<b>160</b>	<b>19,7</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	1	2,1	5	44	5,3
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ.	75	18,5	5,7	3,2	137	0,5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ.	120	2,8	4,1	30,1	168	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	1,9	2,9	31	0,3
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,2	0,2	19	79	1,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39					0
<b>Итого</b>			<b>584</b>	<b>22,9</b>	<b>14</b>	<b>60,2</b>	<b>459</b>	<b>7,9</b>
<b>Полдник</b>								
		ПРЯНИКИ	22					0
		СНЕЖОК 2.5%	150					0
<b>Итого</b>			<b>172</b>					<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,3	4,2		52	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ.	150	5,4	5,5	34,7	209	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	29					0
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>8,8</b>	<b>9,7</b>	<b>46,4</b>	<b>308</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>42,2</b>	<b>34,8</b>	<b>197,7</b>	<b>1483</b>	<b>28,8</b>

Ст.Медицинская сестра

Масляева В.А.