

Согласовано



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

МЕНЮ

22 сентября 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ."	150	4	6,5	15,7	139	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	6,3	11,1	42,7	501	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								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/0/6	4,5	5,1	9,5	105	3,8
2010	62	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	60	11,7	9,9	4,8	167	7,7
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	120	4,4	3,9	27,9	165	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ИЗЮМОМ	150	0,2	0,1	15,1	62	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			524	20,8	19	57,3	499	11,5
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,8	39	0
Итого			174	0,1		9,8	39	0
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,2	16,2	2,2	202	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
Итого			330	13,2	16,3	15,8	261	1,4
Всего				41,4	46,6	145,8	1386	17,3

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

22 сентября 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
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	5,5	8,8	21	186	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			447	8,6	15,2	57,1	671	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								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	6,4	7	12,8	144	5,2
2010	62	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	70	13,7	11,7	5,7	195	9
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	5,4	5	34,9	206	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ИЗЮМОМ	200	0,2	0,1	16,1	66	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					0
Итого			674	25,7	23,8	69,5	611	14,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		13,1	53	0
Итого			224	0,1		13,1	53	0
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,1	17,3	2,5	218	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23	2,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			430	15	17,4	22	304	2,6
Всего				50,4	56,6	181,9	1725	21,4

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.