

МЕНЮ

24 июля 2023 г.

Ясли 12 часов



Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева 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).	5		4		37	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	150	4,1	6	23,1	163	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		10,8	43	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	6,4	10,6	49,2	522	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	190	0,8	0,8	18,7	90	19
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			390	1,8	1	38,9	176	23
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	9,5	6,6	12	145	2,5
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	31	0,9	0,1	1,8	11	1,2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	50	0,5	1,2	3,2	26	0,3
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	65	8,8	9,7	4,2	140	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			14,8	59	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			604	26,4	22,6	66,3	574	4,4
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	28					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,9	48	0
Итого			178	0,1		11,9	48	0
Ужин								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	175	2,9	7,6	22,2	169	11,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			375	3,2	7,6	34,4	219	13,1
Всего				37,9	41,8	200,7	1539	41

Ст.Медицинская сестра

Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е.В./МДОУ №6
"МЕНИУ Ягодка"
24 июля 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ,	200	5,4	8,1	30,7	218	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		14,4	58	0
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНЧНЫЙ	40					0
Итого			447	5,5	13,7	45,2	327	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								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	200	10,1	6,5	15,7	163	3,3
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	52	1,5	0,1	3,1	19	2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	50	0,5	1,2	3,2	26	0,3
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	70	9,3	10,4	4,5	149	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			9,9	40	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			750	28,7	23,7	69,2	607	6
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	28					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		16	64	0
Итого			228	0,1		16	64	0
Ужин								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ.	220	3,8	9	28,4	210	14
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		16	64	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			460	3,9	9	44,4	274	14
Всего				39,2	46,6	195	1358	24,6

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.