

Согласовано

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

МЕНЮ

28 февраля 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								
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			340	12,6	13,9	49	578	1,4
II Завтрак								
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200			7,5	30	0
Итого			200			7,5	30	0
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	60	8,3	11,2	6,3	160	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			548	16,7	24,2	44,5	465	13,6
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	20					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,8	39	0
Итого			170	0,1		9,8	39	0
Ужин								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯГОДНЫМ ПЮРЕ	120/25	1,5	3,9	15,4	102	0
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
Итого			295	1,6	3,9	15,5	103	0
Всего				31	42	126,3	1215	15

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.

Согласовано

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

МЕНЮ
28 февраля 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								
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			450	15,7	17,1	65	750	1,7
II Завтрак								
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200			7,5	30	0
Итого			200			7,5	30	0
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	70	9,6	13,3	7,2	186	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			718	20,4	31,4	57,3	594	18
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	20					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		13,1	53	0
Итого			220	0,1		13,1	53	0
Ужин								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯГОДНЫМ ПЮРЕ	150/30	1,6	2,5	16	93	0
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
Итого			380	1,7	2,5	16,2	94	0
Всего				37,9	51	159,1	1521	19,7

Ст. Медицинская сестра

В.А. Масляева

Масляева В.А.