



Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./

МЕНЮ

31 мая 2023 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг |
|-------------------|---------------|--------------------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 40 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ. | 200 | 6,1 | 4,1 | 23,1 | 154 | 0,6 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 0,1 | | 16 | 64 | 0 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,8 | 20,3 | 371 | 0 |
| Итого | | | 440 | 9,2 | 4,9 | 59,4 | 589 | 0,6 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРУША | 100 | | | | | 0 |
| Итого | | | 100 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 108 | СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. | 200 | 1,3 | 2,1 | 12,6 | 75 | 0,6 |
| 2010 | 68 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 65 | 1,1 | 11,5 | 5,6 | 133 | 1,1 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ. | 75 | 1,8 | 2,5 | 7,4 | 60 | 15,9 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. | 75 | 1,5 | 0,8 | 8 | 45 | 3,7 |
| 2008 | 2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С. | 200 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | 48 | | | | | 0 |
| Итого | | | 663 | 5,7 | 16,9 | 43,3 | 352 | 21,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2.5% | 200 | | | | | 0 |
| Итого | | | 200 | | | | | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2017 | 39 | ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ с повидлом | 135/0/30 | 8,6 | 9,2 | 73,4 | 410 | 5,7 |
| к/к | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,1 | | 0,2 | 1 | 0 |
| Итого | | | 365 | 8,7 | 9,2 | 73,6 | 411 | 5,7 |
| Всего | | | | 23,6 | 31 | 176,3 | 1352 | 27,6 |

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.



Согласовано

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

МЕНЮ

31 мая 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 45 | ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ) | 14 | 0,1 | | 8,8 | 36 | 0 |
| 2010 | 40 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ. | 150 | 4,5 | 3 | 17,2 | 116 | 0,4 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 0,3 | | 13,2 | 54 | 0 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,6 | 15,3 | 279 | 0 |
| Итого | | | 344 | 7,1 | 3,6 | 54,5 | 485 | 0,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРУША | 100 | | | | | 0 |
| Итого | | | 100 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 108 | СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. | 150 | 1 | 1,6 | 9,3 | 56 | 0,4 |
| 2010 | 68 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 55 | 0,9 | 9,7 | 4,8 | 114 | 1 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ. | 65 | 1,5 | 2,2 | 6,3 | 52 | 13,9 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. | 65 | 1,3 | 0,7 | 7 | 39 | 3,2 |
| 2008 | 2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С. | 150 | | | 7,3 | 29 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | | | | | 0 |
| Итого | | | 523 | 4,7 | 14,2 | 34,7 | 290 | 18,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2.5% | 150 | | | | | 0 |
| Итого | | | 150 | | | | | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2017 | 39 | ОЛАДЫИ ИЗ КАБАЧКОВ с повидлом | 135/0/30 | 8,6 | 9,3 | 73,4 | 411 | 5,7 |
| к/к | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА. | 150 | 0,1 | | 0,1 | 1 | 0 |
| Итого | | | 315 | 8,7 | 9,3 | 73,5 | 412 | 5,7 |
| Всего | | | | 20,5 | 27,1 | 162,7 | 1187 | 24,6 |

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.