

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./



МЕНЮ
31 октября 2023 г.
Сад 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|--------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|---------------|---------------------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ). | 7 | 5,6 | 0,1 | 0,1 | 51 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ. | 200 | 5,9 | 8,4 | 26,5 | 205 | 0,6 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ. | 200 | 5,3 | 5,3 | 22,8 | 161 | 0,8 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,8 | 20,3 | 371 | 0 |
| Итого | | | 447 | 14,2 | 20,1 | 69,7 | 788 | 1,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | БАНАН | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| Итого | | | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2017 | 9 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА МЛК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200/0/8 | 7,3 | 7 | 9,5 | 134 | 5,6 |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,2 | 7 | 7,6 |
| 2010 | 49 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ. | 60 | 15,6 | 4,5 | 2,6 | 113 | 0,4 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ. | 50 | 0,4 | 1,2 | 2,7 | 24 | 0,1 |
| 2012 | 315 | РИС ОТВАРНОЙ. | 150 | 3,5 | 4,7 | 37,2 | 205 | 0 |
| 2017 | 112 | НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ. | 200 | | | 8,7 | 35 | 0 |
| 2010 | 1 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 48 | | | | | |
| Итого | | | 746 | 27,1 | 17,5 | 61,9 | 518 | 13,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,9 | 6,5 | 9,6 | 122 | 1,1 |
| Итого | | | 200 | 5,9 | 6,5 | 9,6 | 122 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ. | 150/0/30 | 5,2 | 7,7 | 37,1 | 237 | 0,2 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,1 | | 0,2 | 1 | 0 |
| Итого | | | 380 | 5,3 | 7,7 | 37,3 | 238 | 0,2 |
| Всего | | | | 54 | 52,3 | 199,5 | 1762 | 26,4 |

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
Ледяева Е.В./



МЕНЮ
31 октября 2023 г.
Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|--------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|---------------|---------------------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ). | 5 | | 4 | | 36 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ. | 150 | 4,3 | 6,2 | 19,8 | 154 | 0,4 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ. | 150 | 3,9 | 4 | 17 | 120 | 0,6 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,6 | 15,3 | 279 | 0 |
| Итого | | | 335 | 10,4 | 14,8 | 52,1 | 589 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | БАНАН | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| | | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ | 125 | 0,8 | 0,3 | 23,1 | 99 | 0,8 |
| Итого | | | 225 | 2,3 | 0,8 | 44,1 | 195 | 10,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2017 | 9 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА МЛК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ. | 150/0/8 | 5,6 | 5,3 | 7 | 102 | 4,3 |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,2 | 7 | 7,6 |
| 2010 | 49 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ. | 60 | 15,6 | 4,5 | 2,6 | 113 | 0,4 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ. | 50 | 0,4 | 1,2 | 2,7 | 24 | 0,1 |
| 2012 | 315 | РИС ОТВАРНОЙ. | 120 | 2,8 | 3,7 | 29,9 | 164 | 0 |
| 2017 | 112 | НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ. | 150 | | | 6,6 | 26 | 0 |
| 2010 | 1 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | | | | | |
| Итого | | | 606 | 24,7 | 14,8 | 50 | 436 | 12,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 4,7 | 6,9 | 87 | 0,8 |
| Итого | | | 150 | 4,3 | 4,7 | 6,9 | 87 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ. | 120/0/25 | 4,3 | 6,2 | 30,1 | 193 | 0,2 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 | 0,1 | | 0,1 | 1 | 0 |
| Итого | | | 295 | 4,4 | 6,2 | 30,2 | 194 | 0,2 |
| Всего | | | | 46,1 | 41,3 | 183,3 | 1501 | 25,2 |

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.