



МЕНЮ
7 апреля 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	5		4			
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ.	150	3,6	5,6	20,9	37	0,3
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	150	3,3	3,4	17,6	150	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	115	0,6
Итого			345	11,4	16,6	53,8	617	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008		ГРУША	100					0
Итого			200	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/0/6	1,6	1,9	10,9	69	4,2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ.	150	7,4	11,6	24,4	231	12,1
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	55	0,6	3,1	4,1	47	1,7
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150			8,7	35	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			549	9,6	16,6	48,1	382	18
Полдник								
		ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	20					0
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
Итого			170	0,1		0,1	1	0
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,2	16,2	2,2	202	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			330	13,2	16,3	15,8	261	1,4
Всего				34,7	49,9	127,6	1308	30,7

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Ледяева Е. В./МЕНЮ
7 апреля 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
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0,3
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ.	150	3,6	5,6	20,9	150	0,4
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	200	4,5	4,6	23,3	154	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			407	13,4	19,6	64,6	763	1,5
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	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	2,1	2,4	14,7	92	5,8
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	14	0,1		0,3	2	1,4
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ.	55	0,6	3,1	4,1	47	1,7
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ.	200	9,3	14,8	32,5	301	16,3
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			9,7	39	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					
Итого			723	12,1	20,3	61,3	481	25,2
Полдник								
		ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	20					0
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
Итого			220	0,1		0,2	1	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					
Итого			430	15	17,4	22	304	2,6
Всего				41,6	57,5	168,3	1635	33,3

Ст. Медицинская сестра

Масляева В.А.