

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 "Ленок"
Торунцова Э.В./



МЕНЮ
8 июня 2023 г.

Сад 10 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 5 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 5,3 | 6,9 | 23,1 | 176 | 0,5 |
| 2010 | 47 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 3,9 | 4,2 | 18,3 | 128 | 0,7 |
| | 49 | БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ | 38 | 2,8 | 1 | 19,7 | 101 | 0 |
| 2017 | 76 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66 | 0 |
| Итого | | | 408 | 12,1 | 19,4 | 61,2 | 471 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | БАНАН | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| Итого | | | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| Обед | | | | | | | | |
| | 27 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 35 | 0,3 | | 0,9 | 5 | 3,4 |
| | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (С ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ) | 200 | 6,1 | 6,6 | 16,2 | 148 | 0,5 |
| 2010 | 24 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,8 | 3,7 | 30,4 | 173 | 0 |
| 2010 | 62 | КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ) ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 11,3 | 12,6 | 13,7 | 214 | 0,9 |
| | 71 | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ | 180 | 0,2 | 0,1 | 18,1 | 75 | 14,8 |
| | 26 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,4 | 0,4 | 14,6 | 73 | 0 |
| Итого | | | 650 | 25,1 | 23,4 | 93,9 | 688 | 19,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 57 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК" | 180 | 5 | 4,6 | 20 | 147 | 1,7 |
| | 73 | БАТОН СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 35/25 | 5,1 | 3,6 | 36,3 | 199 | 0,1 |
| Итого | | | 240 | 10,1 | 8,2 | 56,3 | 346 | 1,8 |
| Всего | | | | 48,8 | 51,5 | 232,4 | 1601 | 32,6 |

Старшая мед.сестра

Белина

Белянина Е.П.