Утверждаю

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

# МЕНЮ

**19 июня 2023 г.**

## Сад 10 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2010 | 4 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 5 | 6,2 | 20,3 | 159 | 0,6 |
| 2010 | 48 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,9 | 5,2 | 18,2 | 140 | 0,8 |
| | 49 | БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 30 | 2,6 | 0,9 | 18,5 | 95 | 0 |
| 2017 | 76 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 5,8 | 0,1 | 53 | 0 |
| **Итого** | | | **400** | **12,6** | **18,1** | **57,1** | **447** | **1,4** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРУША | 180 | 0,7 | 0,5 | 18,5 | 85 | 9 |
| **Итого** | | | **180** | **0,7** | **0,5** | **18,5** | **85** | **9** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | 27 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 35 | 0,3 | | 0,9 | 5 | 3,7 |
| | 20 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ | 200 | 4,9 | 4,5 | 16,4 | 113 | 0,3 |
| 2010 | 21 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 50 | 1,5 | 1,7 | 5,9 | 46 | 14,5 |
| | 23 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 100 | 2,4 | 3,2 | 13,3 | 93 | 0,2 |
| 2010 | 28 | КОТЛЕТА (БИТОЧЕК) | 70 | 11,4 | 12,2 | 17 | 185 | 0,4 |
| 2008 | 51 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,3 | 19,8 | 95 | 79,2 |
| | 26 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,4 | 0,6 | 20,6 | 103 | 0 |
| **Итого** | | | **675** | **24,5** | **22,5** | **93,9** | **640** | **98,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2010 | 57 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК" | 180 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | 1,8 |
| | 73 | БАТОН СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 35/25 | 5,5 | 3,6 | 38,9 | 212 | 0,1 |
| **Итого** | | | **240** | **10,9** | **8,6** | **60,5** | **370** | **1,9** |
| **Всего** | | | | **48,7** | **49,7** | **230** | **1542** | **110,6** |

Старшая мед.сестра _____ Белянина Е.П.