

Утверждаю



Заведующий  
МДОУ №6 "Ленок"  
Горунцова Э.В.

# МЕНЮ

2 мая 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
		КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,4	25,1	177	0,5	
2024			180	0,1		10,6	42	0	
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	35	2,9	1	20,1	103	0	
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	10	0,1	8,3	0,2	76	0	
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)					398	0,5	
			405	7,7	15,7	56			
<b>Итого</b>									
<b>II Завтрак</b>									
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,4	0,1	8,2	36	1,7	
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,2		3	14	0,6	
			350	0,6	0,1	11,2	50	2,3	
<b>Итого</b>									
<b>Обед</b>									
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,4	0,1	0,9	7	0	
	15	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	200	4,2	4,8	9,7	86	5,5	
2010	36	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,8	2,5	30,2	155	0	
	41	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50/30	12,3	6,7	9,3	145	0,3	
	74	СОУС ДЛЯ ТЕФТЕЛЕЙ	30	0,2	0,7	1,9	14	0	
	43	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,7	0,1	21	89	0,1	
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,4	13,2	66	0	
			675	22,8	15,3	86,2	562	5,9	
<b>Итого</b>									
<b>Полдник</b>									
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	5,4	8,1	102	0,9	
	78	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,9	5	20,6	135	0	
			210	6,8	10,4	28,7	237	0,9	
<b>Итого</b>									
<b>Всего</b>					37,9	41,5	182,1	1247	9,6

Старшая медицинская сестра

*Бен*

Белянина Е.П.