

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 апреля 2024 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	4,5	6,2	19,6	154	0,5
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,3	17,2	124	0,6
	49	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ	38	2,9	1	19,9	102	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	3,6	0,1	33	0
Итого			403	11,6	15,1	56,8	413	1,1
II Завтрак								
	88	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	100			13,3	53	11,2
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л (аллергики)	200					0
Итого			100			13,3	53	11,2
Обед								
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,4	0,1	1,4	9	9,2
	58	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ	200	5,4	6,4	12,6	112	0,3
	23	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,4	4,9	19,7	136	0,2
2024		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	13,9	11,9	9	221	8,8
2024		СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	30	0,9	2,5	2,7	38	0,1
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,1	14,2	61	8,8
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,4	13,7	69	0
Итого			730	26,5	26,3	73,3	646	27,4
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	5,6	8,3	106	1
		ПИРОГ С ПОВИДЛОМ	80	6,9	6,2	54,5	297	0,2
Итого			260	12	11,8	62,8	403	1,2
Всего				50,1	53,2	206,2	1515	40,9

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.