

Утверждаю

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



МЕНЮ
15 апреля 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		
Завтрак								
2010	3	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	6,4	18,6	153	0,5
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	16,5	122	0,7
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,9	1	20,2	103	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66	0
Итого			405	11,9	19,1	55,4	444	1,2
15 II Завтрак								
	81	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	100			10,4	43	11
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л (аллергии)	200					0
Итого			100			10,4	43	11
Обед								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,3		0,9	5	3,4
2010	24	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	2,9	30,4	167	0
2010	18	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200	7	4,6	14,6	114	0,3
2010	28	КОТЛЕТА (БИТОЧЕК)	70	10,7	11,8	13,5	164	0,4
	43	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			10,9	44	0
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,4	13,3	67	0
Итого			650	25	19,7	83,6	561	4,1
Полдник								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	5,1	4,8	20,4	149	0,7
	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	10	6,9	37,4	252	0,2
Итого			260	15,1	11,7	57,8	401	0,9
Всего				52	50,5	207,2	1449	17,2

Старшая медицинская сестра

Белянина

Белянина Е.П.