

Утверждаю

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



# МЕНЮ

16 апреля 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
			120	22	13,7	13,8	271	0,7
2010	9	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	30	0,6	2,2	4,8	42	0,1
	11	СОУС СМЕТАННЫЙ	180	0,1		10,4	42	0
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	35	3	1,1	21,2	108	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	10	0,1	7,3	0,1	66	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	375	25,8	24,3	50,3	529	0,8
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
			150	0,3	0,3	8,2	39	8,3
	83	ЯБЛОКО	150	0,3	0,3	8,2	39	8,3
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
			30	0,3		0,7	5	0
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	200	4,4	5,7	7,4	86	7,8
2010	19	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ, КАРТОФЕЛЕМ	180	13,8	17	36,4	302	0,3
	52	ПЛОВ	180	0,1		18,5	76	1,1
	71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	35	2,5	0,5	14,9	74	0
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	625	21,1	23,2	77,9	543	9,2
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
			180	5,3	5,9	8,7	111	1
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	35/20	3,2	1,1	39,4	180	0,6
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ ( ДЖЕМОМ)	235	8,5	7	48,1	291	1,6
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>				55,7	54,8	184,5	1402	19,9

Старшая медицинская сестра Белянина Е.П. Белянина Е.П.