

Утверждаю

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



# МЕНЮ

27 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,8	8	20,3	177	0,7
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5	5,4	19	146	0,9
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	3,2	1,1	22,6	116	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>14,1</b>	<b>20,3</b>	<b>62</b>	<b>492</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	38
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>7,5</b>	<b>38</b>	<b>38</b>
<b>Обед</b>								
Сборник	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,5	0,1	1,6	10	10,7
	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,5	4,6	15,6	108	0,3
		ГРЕЧА С МЯСОМ ( с 01.01. по 30.08. )	150	14,9	12	31,4	252	0,3
	107	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	15	63	1,4
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	6,9	1,2	41,2	206	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>26,9</b>	<b>18</b>	<b>104,8</b>	<b>639</b>	<b>12,7</b>
<b>Полдник</b>								
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	4
	78	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,9	5	20,6	135	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>2,9</b>	<b>5,2</b>	<b>40,8</b>	<b>227</b>	<b>4</b>
<b>Всего</b>				<b>44,7</b>	<b>43,7</b>	<b>215,1</b>	<b>1396</b>	<b>56,3</b>

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.