

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 мая 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		
Завтрак								
2010	3	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	7,3	18,9	162	0,5
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	17,1	126	0,7
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,6	0,9	18,3	94	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,1	0,1	65	0
Итого			405	11,8	19,7	54,4	447	1,2
II Завтрак								
	81	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	100			10,4	43	11
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л (аллергики)	200					0
Итого			100			10,4	43	11
Обед								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,3		0,8	4	3,2
2010	18	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200	7	4,6	14,8	115	0,4
2010	24	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,7	30,4	173	0
2010	28	КОТЛЕТА (БИТОЧЕК)	70	10,6	11,7	12,4	158	0,3
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2		13,9	56	2,3
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,4	0,4	14,1	71	0
Итого			650	25,3	20,4	86,4	577	6,2
Полдник								
2010	9	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,8	11,3	14,7	236	0,6
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,4	42	0
	67	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	30	2,6	2,7	18,1	107	0,3
Итого			310	20,5	14	43,2	385	0,9
Всего				57,6	54,1	194,4	1452	19,3

Старшая медицинская сестра Бели Белянина Е.П.