

Утверждаю



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

# МЕНЮ

27 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
			180	4,7	6,5	19,8	158	0,5
2010	4	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	4,4	18,7	132	0,7
2010	47	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	38	3	1	20,6	105	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	10	0,1	7,3	0,1	66	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66	0
			408	12	19,2	59,2	461	1,2
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
			180	0,4	0,4	9,8	47	10
	83	ЯБЛОКО	180	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
			35	0,3		0,8	5	3,3
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,3		0,8	5	3,3
	20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ	200	4,9	4,5	16,2	112	0,3
	84	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	12,1	13,5	17,1	192	10,2
2008	51	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	21,3	104	94,1
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,7	0,5	16	80	0
			630	20,7	18,8	71,4	493	107,9
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
			80	15,7	8,6	4,6	160	0,3
	42	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	80	15,7	8,6	4,6	160	0,3
2010	44	ЧАЙ	180	0,1				0
	77	КОНФЕТЫ	20	0,5	5,2	10,9	93	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,5	10,8	55	0
			300	17,8	14,3	26,3	308	0,3
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>				<b>50,9</b>	<b>52,7</b>	<b>166,7</b>	<b>1309</b>	<b>119,4</b>

Старшая медицинская сестра Ба Белянина Е.П.