

Утверждаю



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

МЕНЮ

30 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	5	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	7	23,2	178	0,5
2010	47	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	18,3	128	0,7
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,7	0,9	18,8	96	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66	0
Итого			405	12,2	19,4	60,4	468	1,2
II Завтрак								
	83	ЯБЛОКО	180	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			180	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,3		0,8	5	3,3
	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (С ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ)	200	6,3	7,1	16,2	153	0,5
	23	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	4,9	19,8	137	0,2
2010	62	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ) ИЗ ПТИЦЫ	70	11,2	12,5	13,1	210	0,8
	71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,1		18,1	75	1,1
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,6	0,5	15,5	78	0
Итого			670	23,9	25	83,5	658	5,9
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,2	5,8	8,5	109	1
	73	БАТОН СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	35/25	5	3,2	35,1	191	0,1
Итого			240	10,2	9	43,6	300	1,1
Всего				46,7	53,8	197,3	1473	18,2

Старшая медицинская сестра

Беянина Е.П.