



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

МЕНЮ

15 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		
Завтрак								
2010	10	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,8	6,1	18,3	151	0,8
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,6	43	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,7	0,9	18,7	96	0
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,9	4		53	0,1
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	3,6	0,1	33	0
Итого			415	12,6	14,6	47,7	376	0,9
II Завтрак								
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,4	0,1	8,2	36	1,7
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92	4
Итого			350	1,4	0,3	28,4	128	5,7
Обед								
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,3		0,7	6	0
	64	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	5,4	6,5	13,3	116	2,2
	23	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,1	19,8	138	0,2
2024		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	14,4	11,8	9,2	226	9,2
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	14,9	63	2,3
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	16,8	84	0
Итого			665	26,4	24	74,7	633	13,9
Полдник								
2023	111	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ 2,5%	180	5,4	4,6	17,6	135	0
	78	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,9	5	20,3	133	0
Итого			210	7,3	9,6	37,9	268	0
Всего				47,7	48,5	188,7	1405	20,5

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.