

Утверждаю

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

7 июня 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		
Завтрак								
2010	8	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,30	6,64	19,71	160,39	0,48
2010		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	2,90	3,10	14,57	98,59	0,54
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	2,26	0,79	15,82	80,88	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	7,25	0,14	66,19	0,00
Итого			408	10,56	17,78	50,24	406,05	1,02
II Завтрак								
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,19	0,04	3,80	17,32	0,75
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,42	0,08	8,22	35,69	1,66
Итого			350	0,61	0,12	12,02	53,01	2,41
Обед								
	58	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ	200	4,46	6,11	12,03	108,49	0,34
	84	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	11,32	12,88	14,07	172,87	9,33
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,39	0,07	1,34	8,47	8,82
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,11	13,45	56,20	4,61
	26	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	35	2,08	0,38	12,46	62,31	0,00
Итого			630	18,40	19,55	53,35	408,34	23,10
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,88	5,38	7,92	101,00	0,90
	73	БАТОН СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	35/20	4,25	2,98	29,73	163,45	0,11
Итого			235	9,13	8,36	37,65	264,45	1,01
Всего				38,70	45,81	153,26	1 131,85	27,54

Старшая медицинская сестра _____

Белянина Е.П.