

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 июня 2024 г.
Сад 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
			125	22,21	13,77	13,96	273,10	0,66
2010	9	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	30	0,50	1,71	4,62	36,02	0,05
	11	СОУС СМЕТАННЫЙ	180	0,06	0,00	10,48	42,15	0,01
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	35	3,25	1,14	22,70	116,02	0,00
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	10	0,09	6,57	0,13	60,00	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	380	26,11	23,19	51,89	527,29	0,72
Итого								
II Завтрак								
			180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	83	ЯБЛОКО	180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого								
Обед								
			30	0,32	0,04	0,67	5,13	0,00
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	200	4,23	5,40	7,01	80,55	7,42
2010	19	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ, КАРТОФЕЛЕМ	180	13,85	17,52	36,04	303,97	0,33
	52	ПЛОВ	180	0,21	0,04	19,58	80,23	1,77
	71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	35	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	625	20,92	23,42	77,16	539,18	9,52
Итого								
Полдник								
			180	5,71	6,31	9,26	118,22	1,06
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
	92	ПРЯНИКИ	220	8,07	8,19	39,26	264,62	1,06
Итого								
Всего				55,50	55,20	178,11	1 378,09	21,30

Старшая медицинская сестра Фер Беянина Е.П.