

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



МЕНЮ

24 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								
2010	4	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,73	6,52	19,93	157,87	0,48
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,02	4,26	17,16	124,26	0,68
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	3,24	1,14	22,63	115,69	0,00
017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,11	8,16	0,16	74,48	0,00
Итого			408	12,10	20,08	59,88	472,30	1,16
II Завтрак								
	83	ЯБЛОКО	180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
	33	ТУШЕНЫЙ ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК	30	0,87	1,27	1,84	22,22	1,17
	20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ	200	4,86	3,89	16,66	108,21	0,33
	23	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,36	5,11	19,52	138,07	0,22
2010	35	КОТЛЕТА (БИТОЧЕК) РЫБНЫЙ	70	12,85	4,21	12,80	141,12	0,24
2008	51	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,55	0,23	19,54	92,99	74,35
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00
Итого			665	24,80	15,13	84,22	571,91	76,31
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,04	5,57	8,18	104,36	0,93
	66	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	80	10,53	5,78	42,71	264,29	0,17
Итого			260	15,57	11,35	50,89	368,65	1,10
Всего				52,87	46,96	204,79	1 459,86	88,57

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.