Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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	10	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,76	9,20	18,45	180,88	0,77
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,24	0,00	10,73	43,92	0,05
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,60	0,91	18,13	92,69	0,00
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	4,84	4,99	0,00	65,75	0,13
Итого			**410**	**13,44**	**15,10**	**47,31**	**383,24**	**0,95**
II Завтрак								
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,42	0,08	8,22	35,69	1,66
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,23	0,05	4,62	21,05	0,92
Итого			**350**	**0,65**	**0,13**	**12,84**	**56,74**	**2,58**
Обед								
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,23	0,03	0,49	3,72	0,00
	15	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	200	4,06	5,01	9,25	85,47	4,67
	39	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	11,66	15,23	20,51	219,54	0,66
	43	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,58	0,09	21,76	91,13	0,07
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,54	0,46	15,25	76,27	0,00
Итого			**625**	**19,07**	**20,82**	**67,26**	**476,13**	**5,40**
Полдник								
2023	111	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ 2,5%	180	5,60	4,83	18,34	140,94	0,00
	92	ПРЯНИКИ	40	2,69	2,14	34,17	166,73	0,00
Итого			**220**	**8,29**	**6,97**	**52,51**	**307,67**	**0,00**
Всего				**41,45**	**43,02**	**179,92**	**1 223,78**	**8,93**

Старшая медицинская сестра _____ Белянина Е.П.