

Утверждаю

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



МЕНЮ

27 июня 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	5	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,50	7,03	22,59	176,43	0,54
2010	47	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,32	4,62	18,34	133,08	0,80
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,85	1,00	19,88	101,63	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	6,93	0,13	63,32	0,00
Итого			405	12,77	19,58	60,94	474,46	1,34
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								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,30	0,04	0,94	5,26	3,76
	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (С ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ)	200	6,14	6,60	15,68	147,11	0,49
2010	36	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,57	2,19	26,94	137,81	0,00
2010	62	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ) ИЗ ПТИЦЫ	70	11,24	12,45	13,31	210,88	0,78
	71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,18	0,07	16,27	67,35	10,57
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,78	0,51	16,70	83,50	0,00
Итого			630	23,21	21,86	89,84	651,91	15,60
Полдник								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	5,75	5,33	23,01	168,30	1,92
		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	5,95	6,21	37,86	230,05	0,16
Итого			260	11,70	11,54	60,87	398,35	2,08
Всего				48,08	53,38	221,45	1 571,72	29,02

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.