

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



МЕНЮ

25 июня 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	96	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ	110	20,75	12,81	15,44	264,28	0,56
	11	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,58	2,16	4,54	40,13	0,06
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	9,75	39,49	0,03
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,28	0,80	15,95	81,52	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,09	6,73	0,13	61,47	0,00
Итого			360	23,84	22,50	45,81	486,89	0,65
II Завтрак								
	88	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	150	0,00	0,00	2,93	11,61	1,85
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л (аллергики)	200	0,80	0,16	16,16	73,60	3,20
Итого			150	0,00	0,00	2,93	11,61	1,85
Обед								
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,39	0,07	1,34	8,43	8,79
	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,48	4,58	14,29	102,72	0,33
2010	22	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,80	4,02	26,16	163,77	0,00
2010	31	ГУЛЯШ	50/30	10,95	13,40	3,07	122,55	0,40
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,09	12,79	53,14	1,98
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,40	0,44	14,43	72,13	0,00
Итого			650	24,16	22,60	72,08	522,74	11,50
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,53	6,10	8,95	114,32	1,02
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ)	38/25	2,95	0,99	37,28	168,58	0,59
Итого			243	8,48	7,09	46,23	282,90	1,61
Всего				56,48	52,19	167,05	1 304,14	15,61

Старшая медицинская сестра

Бем

Белянина Е.П.