

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



**МЕНЮ**  
4 июля 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
| 2010              | 10            | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180        | 5,88              | 6,04         | 18,60         | 153,47                        | 0,80          |
| 2010              | 44            | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180        | 0,08              | 0,00         | 10,59         | 42,64                         | 0,02          |
|                   | 49            | БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ                   | 30         | 1,95              | 0,69         | 13,66         | 69,81                         | 0,00          |
| 2017              | 76            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 10         | 0,08              | 5,58         | 0,11          | 50,92                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>400</b> | <b>7,99</b>       | <b>12,31</b> | <b>42,96</b>  | <b>316,84</b>                 | <b>0,82</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   |               | СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л         | 200        | 0,33              | 0,07         | 6,74          | 30,68                         | 1,33          |
|                   | 80            | СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л         | 150        | 0,42              | 0,08         | 8,22          | 35,69                         | 1,66          |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>350</b> | <b>0,75</b>       | <b>0,15</b>  | <b>14,96</b>  | <b>66,37</b>                  | <b>2,99</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | 27            | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ             | 30         | 0,17              | 0,02         | 0,54          | 3,00                          | 2,15          |
|                   | 58            | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ             | 200        | 5,22              | 6,81         | 16,23         | 133,74                        | 0,38          |
|                   | 23            | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                    | 150        | 3,31              | 4,34         | 19,60         | 131,12                        | 0,20          |
| 2023              |               | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ                       | 70         | 12,25             | 9,70         | 5,98          | 160,27                        | 0,60          |
| 2010              | 45            | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ              | 180        | 0,23              | 0,14         | 15,13         | 63,93                         | 4,25          |
|                   | 26            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30         | 1,47              | 0,27         | 8,83          | 44,17                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>660</b> | <b>22,65</b>      | <b>21,28</b> | <b>66,31</b>  | <b>536,23</b>                 | <b>7,58</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | 46            | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                     | 180        | 5,63              | 6,21         | 9,12          | 116,40                        | 1,04          |
|                   | 73            | БАТОН СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ           | 30/25      | 4,16              | 2,87         | 29,10         | 159,53                        | 0,10          |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>235</b> | <b>9,79</b>       | <b>9,08</b>  | <b>38,22</b>  | <b>275,93</b>                 | <b>1,14</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |                                      |            | <b>41,18</b>      | <b>42,82</b> | <b>162,45</b> | <b>1 195,37</b>               | <b>12,53</b>  |

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.