

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./



# МЕНЮ

5 апреля 2023 г.

Сад 12 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>								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	205	6,3	8,4	23,6	196	0,6
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	6	5,6	32,1	202	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,2	8,6	19,8	177	0,1
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>22,2</b>	<b>27,5</b>	<b>90,4</b>	<b>698</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	436	НАПИТОК ИЗ БАНАН	200	0,3	0,1	13,7	57	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,7</b>	<b>57</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,4	7,9	13,9	152	5,7
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	70	9,6	14,4	9,7	210	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,1	4,3	10,6	96	27,6
2008	411	КИСЕЛЬ	200			22,4	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>21,4</b>	<b>27,1</b>	<b>80,6</b>	<b>653</b>	<b>33,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	6,2	9,7	40,3	280	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>8,8</b>	<b>11,1</b>	<b>78,5</b>	<b>458</b>	<b>5,5</b>
<b>Всего</b>				<b>52,7</b>	<b>65,8</b>	<b>263,2</b>	<b>1866</b>	<b>41,1</b>

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ №23 "Ромашка"  
Уварова Ю.В./**МЕНЮ**

5 апреля 2023 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6	17,1	142	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	4,7	4,5	24,9	158	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	3	5,3	10,6	103	0,1
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>11,6</b>	<b>15,7</b>	<b>40,9</b>	<b>355</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	436	НАПИТОК ИЗ БАНАН	150	0,2	0,1	10,3	43	0,6
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>10,3</b>	<b>43</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,9	5,4	10	108	3,9
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	60	8,2	12,3	8,3	179	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	3,6	9,1	81	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,8	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>518</b>	<b>17,2</b>	<b>21,7</b>	<b>63,4</b>	<b>519</b>	<b>27,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	4	6	26,8	181	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>6,6</b>	<b>7,4</b>	<b>64,9</b>	<b>358</b>	<b>5,4</b>
<b>Всего</b>				<b>35,6</b>	<b>44,9</b>	<b>179,5</b>	<b>1275</b>	<b>34,5</b>