

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Уварова Ю.В./

МЕНЮ

7 апреля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,8	21,2	176	0,6
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,9	4,4	23,7	146	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			648	15,4	24,1	83,3	597	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	180	4,7	4,5	19,7	142	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			180	4,7	4,5	19,7	142	0
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,2	7,5	11,1	137	6,2
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	70	9,1	13,4	4,2	173	1,9
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	130	9,2	6,2	22,3	182	2,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК ,БАНАН,ЛИМОНА	200	0,2	0,1	13,2	56	1,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			660	27	27,7	74,8	653	12,3
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	120	15,1	16,7	7,4	225	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,1	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,3	116	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
Итого			375	19,9	22,9	38,2	423	0
Всего				67	79,2	216	1815	13,7

Утверждаю



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

МЕНЮ

7 апреля 2023 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6	15,8	133	0,5
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,1	3,3	18,1	110	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,3	3,5	11,1	90	0,6
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
Итого			336	9	14,9	39,3	327	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,2	18,6	133	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			370	5,4	4,4	38,8	219	4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3,9	5,6	8,3	101	4,6
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	50	7,2	10	3,2	132	1,4
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	110	7,8	5,3	19	154	2,1
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК, БАНАН, ЛИМОНА	200	0,2	0,1	13,2	56	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			557	21,7	21,4	62,9	527	9,7
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	100	12,6	13,8	6,1	187	0
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергики)	150	3,1	12,1	23,7	218	12,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
Итого			295	16,6	19,7	31,3	356	0
Всего				52,7	60,4	172,3	1429	14,8