



МЕНЮ

19 мая 2023 г.

Сад 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		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,7	21,3	174	0,6
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			448	12,5	19,6	59,7	449	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,3	18,6	134	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			170	4,4	4,3	18,6	134	0
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2	3,1	33	10,8
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10	4,9	7,7	11,1	138	6,2
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	1,6	6,8	4,7	87	2
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	9,3	12		144	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,6	5,2	22,3	150	10,6
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	13,2	56	41,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			700	14,3	22,3	78,4	569	71,2
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
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,7	2,2	16,4	92	0
Итого			557	19,4	24,1	54,3	491	0
Всего				50,6	70,3	211	1643	72,6

Утверждаю

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



МЕНЮ

19 мая 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		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	5,7	15,9	131	0,4
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	8,8	14,6	39,4	325	1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	150	3,9	3,8	16,4	118	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			350	4,9	4	36,6	204	4
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2	3,1	33	10,8
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,6	5,5	8	98	4,4
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	1,3	5,8	3,9	74	1,7
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	9,3	12		144	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,9	42	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			510	17,6	25,8	44,1	475	48,1
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	120	15,1	16,6	7,4	224	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
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,7	2,2	16,4	92	0
Итого			507	19,4	24	54,4	490	0
Всего				50,7	68,4	174,5	1494	53,1