

Утверждаю



Заведующий

ИМДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

27 февраля 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								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	3	2,6	19,1	112	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	5,2	4,7	0,3	65	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	13,9	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,5	14,8	116	0
Итого			346	14,3	17	48,1	403	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,8	3,5	13,3	101	6,6
2010	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	80/40	7,5	7,6	8,9	135	0,7
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	0,9	1,4	5,1	38	2,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			510	14,8	12,9	53,8	387	9,4
Уплотненный полдник								
2017	106	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,5	7,4	15,1	145	10,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ПРЯНИК	40	2,7	1,3	34,1		0
2008		ГРУША	180	0,7	0,5	18,5	85	9
Итого			550	9,4	10,1	92,8	347	19,1
Всего				39,5	40,2	217,7	1229	33,2

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

27 февраля 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,8	3,3	24	140	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	5,2	4,7	0,3	65	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	15,6	122	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,9	7,2	19,9	155	0
Итого			398	16,4	19,9	59,8	482	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,9	4,6	17,9	134	8,9
2010	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100/50	13,9	14,5	17	254	1,4
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	1,3	2	7	53	3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			670	23,4	21,6	75,6	585	13,3
Уплотненный полдник								
2017	106	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	200	5,3	10,7	21,2	204	13,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ПРЯНИК	40	2,7	1,3	34,1	156	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		ГРУША	180	0,7	0,5	18,5	85	9
Итого			660	12	13,7	107,2	601	22,7
Всего				52,8	55,4	265,6	1760	40,8