

Утверждаю



МЕНЮ

5 мая 2025 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		
Завтрак								
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	205	7,8	8,9	29,6	230	0,6
2014	267	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			453	15,4	20,8	68	505	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ	200	0,2		14	57	0,2
Итого			200	0,2		14	57	0,2
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,1	5,4	16	128	7,7
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,4	13,2	11	217	18,2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2,2	3,1	34	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50			25	120	0
Итого			658	17	20,8	63,6	533	26,4
Уплотненный полдник								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	4,8	7,6	27,3	205	11,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15,3	121	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			420	12,4	13,5	66	442	12,4
Всего				45	55,1	211,6	1537	40,4



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

МЕНЮ

5 мая 2025 г.

ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	150	5,6	6,5	21,2	166	0,4
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,6	85	0,5
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,5	14,8	116	0
Итого			366	10,6	15	47,6	367	0,9
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ	150	0,1		10,5	43	0,2
Итого			150	0,1		10,5	43	0,2
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	150/7	2,5	4,5	12,1	102	5,8
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,7	11,7	8,3	182	14,1
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	1,9	19	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			497	16,1	17,8	48,8	416	20,1
Уплотненный полдник								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,9	6,3	22,7	171	9,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	11,4	91	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
Итого			360	9,6	10,7	51,7	349	10,3
Всего				36,4	43,5	158,6	1175	31,5