

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
21 июня 2024 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>								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	2	5,2	6,1	81	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>7,9</b>	<b>15</b>	<b>31,7</b>	<b>295</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	150	4	3,8	16,4	118	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4</b>	<b>3,8</b>	<b>16,4</b>	<b>118</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	1,2	2,6	5,3	52	6,9
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	60	0,9	3,1	5,8	55	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,7	4	16,2	112	7,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,9	42	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>517</b>	<b>7,6</b>	<b>10,2</b>	<b>56,4</b>	<b>345</b>	<b>46</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	20,2	14,6	33,3	355	0,4
2012	391	ЧАИ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫИ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>24,2</b>	<b>20,5</b>	<b>58,5</b>	<b>524</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>43,7</b>	<b>49,5</b>	<b>163</b>	<b>1282</b>	<b>47,5</b>

Утверждаю



Заведующий  
МДОУ №23 «Смашка»  
Иванова Ю.В.

## МЕНЮ

21 июня 2024 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>								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	205	3,1	7,5	9	117	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0,1
<b>Итого</b>			<b>453</b>	<b>11</b>	<b>19,6</b>	<b>47,3</b>	<b>395</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,6	4,3	18,6	134	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,6</b>	<b>4,3</b>	<b>18,6</b>	<b>134</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,7	3,5	7,5	73	9,8
2010	71	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	70	1	3,7	6,8	64	0,3
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,2	4,7	19,2	132	9,1
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	0,1
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>9,5</b>	<b>12,5</b>	<b>70,7</b>	<b>430</b>	<b>60,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/30	23,8	17,3	39,4	419	0,4
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>28,6</b>	<b>23,5</b>	<b>70,5</b>	<b>618</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>53,7</b>	<b>59,9</b>	<b>207,1</b>	<b>1577</b>	<b>62,6</b>