

Утверждаю



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

МЕНЮ

2 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,8	21,2	176	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	0,0
Итого			448	12,5	19,7	59,6	451	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	180	4,7	4,5	19,7	142	0,0
Итого			180	4,7	4,5	19,7	142	0,0
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	50	0,5	1	3,8	27	2
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	70	11,1	12,2	9,8	194	0,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	4,9	19,1	133	9
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			710	23,4	26,2	81	652	59,3
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				60,5	73,3	198,5	1668	60,7

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 февраля 2024 г.

ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины 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	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,3	3,5	11,1	90	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0,6
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0,7
Итого			516	9,1	14,9	47,3	359	1,7
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,2	18,5	133	0,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	1,4
Итого			370	5,4	4,4	38,7	219	1,4
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	50	0,5	1	3,8	27	0,2
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	70	11,1	12,2	9,8	194	5,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,6	4,1	16	112	7,6
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,9	42	3,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0,7
Итого			577	20,9	23,4	67	560	45,8
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	100	12,6	13,8	6,1	187	0,7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	160	10,9	19,5	25,2	320	12,8
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0,7
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0,7
Итого			455	27,5	39,2	56,5	676	12,8
Всего				62,9	81,9	209,5	1814	63,7