

Утверждаю



Заведующий
МДОУ № 23 "Ромашка" №1
Уварова Ю.В./

МЕНЮ

2 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	6	15,3	132	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	14,1	111	0,7
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/6	3,7	5,8	14,9	127	0,1
Итого			371	11,6	16	44,3	370	1,2
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	150	0,2		12,7	53	0,1
Итого			150	0,2		12,7	53	0,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,5	4,6	8,6	90	4,3
2017	82	КОТЛЕТА МЯСО-КАРТОФЕЛЬНАЯ ПО-ХЛЫНОВСКИ	50	8,5	10	3,9	140	1
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,8	3,9	28,3	159	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	25	0,1	1,2	1,2	17	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	150			15,8	63	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			533	17,4	20,2	73,1	546	5,7
Полдник уплотненный								
2021	46	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	120	13,8	12,9	18,2	251	1,1
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,5	4,2	32	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		6,5	27	0,6
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			395	14,9	14,8	38,2	355	11,3
Всего				44,1	51	168,3	1324	18,3

Утверждаю



Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

2 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,6	8,2	20,1	177	0,6
2010	34	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,5	4,7	21,8	139	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,8	127	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,2	7,9	19,9	170	0,1
Итого			461	15,2	20,8	56,8	474	1,5
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	200	0,4		18,1	75	0,1
Итого			200	0,4		18,1	75	0,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,4	6,5	12	129	5,8
2017	82	КОТЛЕТА МЯСО-КАРТОФЕЛЬНАЯ ПО-ХЛЫНОВСКИ	70	11,9	13,8	5,3	191	1,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	4,6	33,4	187	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2	2,5	30	0,5
2008	411	КИСЕЛЬ	200			21	84	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			710	24,2	27,5	93,4	717	7,9
Полдник уплотненный								
2021	46	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	17	16	22,5	311	1,5
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,7	52	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		10,1	42	0,8
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			500	18,4	18,8	49,1	452	12,4
Всего				58,2	67,1	217,4	1718	21,9