

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Суварова Ю.В./

МЕНЮ
2 октября 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		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6	17,1	142	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	4,7	4,5	24,9	158	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	3,6	5,5	14,8	124	0,1
Итого			370	12,2	15,9	45,1	376	1,2
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,5	32	1,2
Итого			150	0,1		7,5	32	1,2
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,7	4,6	8,8	95	3,8
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,3	12,5	3,4	156	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,4	8,6	95	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,8	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			508	16,1	22,9	56,8	497	27,7
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	4,5	7,2	32,1	218	0,2
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ (аллергики)	150	12,2	10,6	29,4	261	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
Итого			465	7,1	8,6	70,2	395	5,4
Всего				35,5	47,4	179,6	1300	35,5

Утверждаю

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



МЕНЮ
2 октября 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		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	205	6,3	8,4	23,6	196	0,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	5,8	5,6	31,5	199	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,2	8,6	19,8	177	0,1
Итого			461	16,2	21,9	58,3	496	1,5
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,6
Итого			200	0,1		10	42	1,6
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,6	5,8	11,9	123	5,2
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	75	10,8	18,9	5,1	234	0,8
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	6,4	11,2	117	29,9
2008	411	КИСЕЛЬ	200			22,4	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			675	21,9	31,6	74,6	669	35,9
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	5,8	9,3	40,2	273	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
Итого			545	8,4	10,7	78,4	451	5,5
Всего				46,6	64,2	221,3	1658	44,5