

Утверждаю



Заведующий

МДОХ № 23 "Ромашка" \1

/Уварова Ю.В./

МЕНЮ

3 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	2	3,8	15,5	104	0
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2	3,8	22,3	131	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	0,1		10,3	41	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3	7,9	19,9	161	0
Итого			455	5,1	11,7	45,7	306	0
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8		17,3	73	0,2
Итого			200	0,8		17,3	73	0,2
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	4,2	3,7	8,4	86	10,3
2005	667	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	70	14,2	5,6	11,2	151	0,7
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,8	31,2	178	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,4	2,1	2,5	30	0,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	12,2	51	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			711	27	15,9	84,7	592	12,5
Полдник уплотненный								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	6,4	12,5	18,1	212	21
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			440	9,4	13,3	38,1	310	21
Всего				42,3	40,9	185,8	1281	33,7

Утверждаю

Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" №1

Уварова Ю.В./

МЕНЮ**3 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	1,5	2,8	11,5	77	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	0,1		8,9	36	0
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,3	6,2	14,9	124	0
Итого			368	3,9	9	35,3	237	0
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,1	55	0,2
Итого			150	0,6		13,1	55	0,2
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,2	3,1	5,8	64	7,5
2005	667	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	60	12,3	4,1	9,7	124	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	2,9	26,4	149	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	30	0,3	1,3	1,7	19	0,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,4	39	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			549	22,5	12	68,3	472	9,1
Полдник уплотненный								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	160	5	9,5	14,1	163	15,2
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			340	7,3	10,1	29,1	237	15,2
Всего				34,3	31,1	145,8	1001	24,5