

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	4,4	6,2	16,7	141	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	13,2	109	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	3,5	5,5	14,8	123	0,1
Итого			370	11,9	16	44,7	373	1,2
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,3	51	1,2
Итого			150	0,1		7,3	51	1,2
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,5	4,4	8,9	92	3,9
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,3	12,5	3,4	156	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,6	8,5	97	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			14,9	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	34	0
Итого			508	15,9	22,9	54,9	439	27,8
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	4,5	7,2	32,1	218	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			335	6,6	8,1	57,9	336	0,2
Всего				34,5	47	164,8	1229	30,4



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

Сад 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	200	6,2	8,2	23,4	192	0,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	6	5,5	32,4	202	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	14,4	113	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/9	5	8	19,8	171	0,1
Итого			455	15,6	20,9	57,6	482	1,5
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		9,6	40	1,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
Итого			200	0,1		9,6	40	1,5
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,2	5,5	11,6	119	5,3
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	70	10,1	17,7	4,8	215	0,7
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	6,3	11	115	29,9
2008	411	КИСЕЛЬ	200			20,3	87	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			670	20,8	30	71,7	635	35,9
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	5,5	8,9	37,7	258	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			410	7,6	9,8	63,6	377	0,2
Всего				44,1	60,7	202,5	1537	39,1