

Утверждаю



Заведующий
И.М.Д.О.У. №23 "Ромашка" \1
Уварова Ю.В./

МЕНЮ

5 августа 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								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	85	3,2	2,5	20,3	117	0
2005	424	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	14,7	114	0,7
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/6	3,6	2,3	14,8	95	0,1
Итого			351	15,6	13,5	50,1	387	0,8
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	8,6	36	0,8
Итого			150	0,1	0,1	8,6	36	0,8
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	5	4,8	11,6	108	6
2010	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	80/40	11,1	10,3	11,5	183	0,9
2016	56	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,4	3,2	39	8,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		13,5	56	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			510	19,8	18	55,1	463	15,3
Полдник уплотненный								
2010	314	ОВОЩИ В СОУСЕ МОЛОЧНОМ	150	3,8	7,7	16,5	152	10,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	145	0,1		6,4	26	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
2008								
Итого			440	8	10,7	61,9	379	20,3
Всего				43,5	42,3	175,7	1265	37,2

Утверждаю

Заведующий

№ 23 "Ромашка" \1"
/Уварова Ю.В./



МЕНЮ

5 августа 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								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,9	31,1	179	0
2005	424	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,4	4,7	17,2	129	0,8
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/8	4,7	3,1	19,8	126	0,1
Итого			428	18,9	16,2	68,4	495	0,9
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11,4	48	1,1
Итого			200	0,1	0,1	11,4	48	1,1
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,4	6,1	15,6	143	7,8
2010	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/50	14,5	13,9	16,4	248	1,2
2016	56	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	70	1,2	3,5	4,8	56	11,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,5	0,1	18,9	79	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			690	25,8	24,2	74,9	622	20,7
Полдник уплотненный								
2010	314	ОВОЩИ В СОУСЕ МОЛОЧНОМ	200	5,1	10	21,6	200	14,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008		ПЕЧЕНЕ						0
Итого			540	8,5	11,2	61,1	384	24,5
Всего				53,3	51,7	215,8	1549	47,2