

Утверждаю



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

МЕНЮ

6 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 | | | | | | | | |
| 2010 | 38 | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 205 | 5,4 | 7,1 | 25,8 | 190 | 0,6 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,6 | 4,9 | 16,7 | 129 | 0,8 |
| 2005 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/10 | 3 | 7,9 | 19,9 | 161 | 0 |
| Итого | | | 455 | 13 | 19,9 | 62,4 | 480 | 1,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2,5 | 170 | 4,5 | 4,2 | 17,8 | 130 | 0,6 |
| Итого | | | 170 | 4,5 | 4,2 | 17,8 | 130 | 0,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 75 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200/10 | 4,8 | 6,9 | 12,2 | 131 | 8,5 |
| 2008 | 242 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 13,7 | 5,9 | 7,3 | 137 | 0,9 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 140 | 3,1 | 4,7 | 18,4 | 129 | 8,6 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 0,1 | | 10 | 42 | 1,4 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,2 | 0,6 | 19,2 | 96 | 0 |
| Итого | | | 680 | 24,9 | 18,1 | 67,1 | 535 | 19,4 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 140/35 | 25 | 18,8 | 42,1 | 451 | 0,5 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,1 | | 0,2 | 1 | 0 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 0 |
| Итого | | | 395 | 26,6 | 20,8 | 57,2 | 535 | 0,5 |
| Всего | | | | 69 | 63 | 204,5 | 1680 | 21,9 |



МЕНЮ

6 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 | | | | | | | | |
| 2010 | 38 | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,8 | 5,3 | 18,7 | 138 | 0,4 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4 | 4,3 | 14,1 | 113 | 0,7 |
| 2005 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/8 | 2,3 | 6,2 | 14,9 | 124 | 0 |
| Итого | | | 368 | 10,1 | 15,8 | 47,7 | 375 | 1,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2,5 | 150 | 3,8 | 3,6 | 15,3 | 112 | 0,5 |
| Итого | | | 150 | 3,8 | 3,6 | 15,3 | 112 | 0,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 75 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 150/8 | 4 | 5,8 | 8,6 | 103 | 6,3 |
| 2008 | 242 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 50 | 8,6 | 4 | 4,6 | 89 | 0,6 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,5 | 3,7 | 14,5 | 102 | 6,8 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | 0,1 | | 8,3 | 35 | 1,9 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 0,5 | 15,3 | 77 | 0 |
| Итого | | | 508 | 17,7 | 14 | 51,3 | 406 | 15,6 |
| Полдник уплотненный | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 120/30 | 21,5 | 15,6 | 36,2 | 384 | 0,4 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 | 0,1 | | 0,1 | 1 | 0 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 0 |
| Итого | | | 320 | 23,1 | 17,6 | 51,2 | 468 | 0,4 |
| Всего | | | | 54,7 | 51 | 165,5 | 1361 | 17,6 |