Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23"Ромашка"

_____ /Уварова Ю.В./

МЕНЮ

7 марта 2025 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	2	5	6,1	79	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13	108	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	29/6	2,1	5,4	14,5	114	0
Итого			**365**	**8,2**	**14,8**	**33,6**	**301**	**1,1**
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	121	4	3,8	16,4	118	0
Итого			**121**	**4**	**3,8**	**16,4**	**118**	**0**
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3	4,2	4,6	72	4,9
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	7,4	8,8	4,6	127	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,4	4	15,4	107	7,3
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,8	41	29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			**497**	**15,6**	**17,5**	**53,6**	**431**	**41,4**
Уплотненный полдник								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,6	4,9	18,1	143	0,91
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	29	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			**389**	**9,9**	**7,2**	**58,4**	**341**	**0,91**
Всего				**37,7**	**43,3**	**162**	**1191**	**43,41**

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 марта 2025 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								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,1	7,3	8,8	114	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,8	14,7	121	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	39/9	2,8	8,4	19,4	163	0
Итого			**448**	**10,5**	**20,5**	**42,9**	**398**	**1,4**
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	137	4,6	4,3	18,6	134	0
Итого			**137**	**4,6**	**4,3**	**18,6**	**134**	**0**
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ТУШЁНОЙ ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5	6,8	6,7	113	7,1
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10,1	13	6,6	183	0,3
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,9	5,4	18,2	133	8,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	13	55	39,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			**650**	**21,5**	**25,8**	**68,5**	**589**	**55,3**
Уплотненный полдник								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,3	5,5	20,2	159	1,01
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	2	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			**469**	**11,4**	**8,1**	**66,3**	**387**	**1,01**
Всего				**48**	**58,7**	**196,3**	**1508**	**57,71**