



МЕНЮ

7 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	150	4,1	3,7	20,7	132	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	14,1	111	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	4,9	14,9	111	0
Итого			366	10,3	12,8	49,7	354	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	150/7	2,4	3,5	11,4	85	5,8
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,5	11,2	8,3	177	14,1
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	30	0,3	1,3	1,5	18	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		13,3	55	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			497	16	16,5	49,8	412	20,3
Полдник уплотненный								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,6	5,9	20,1	149	8,3
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	0,1		8,9	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			330	5,9	6,5	43,8	258	8,3
Всего				33,2	36	163,5	1110	33,3

Утверждаю

Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" №1

Уварова Ю.В./



МЕНЮ

7 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	205	5,6	5	28,2	180	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,5	5,4	33,4	211	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,1		9,9	40	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	6,4	19,9	148	0
			453	8,7	11,4	58	368	0
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
			200	1	0,2	20,2	86	4
Итого								
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,1	4,6	15,9	117	7,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,3	14,6	10,3	226	17,5
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,1	2,4	30	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,1	18,3	76	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
			658	20,5	22	66,1	545	25,9
Итого								
Полдник уплотненный								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	4,4	7,1	24,2	178	10
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	0,1		10,3	42	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
			420	7,4	7,9	54,3	317	10
Итого				37,6	41,5	198,6	1316	39,9
Всего								