



Заведующий
Иварова Ю.В./

МЕНЮ

7 августа 2024 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	34	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	6	15,3	132	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	14	110	0,7
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/6	3,7	5,8	14,9	126	0,1
Итого			371	11,6	16	44,2	368	1,2
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	150	0,2		12,8	54	0,1
Итого			150	0,2		12,8	54	0,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,9	4,9	8,6	95	4,3
2017	82	КОТЛЕТА МЯСО-КАРТОФЕЛЬНАЯ ПО-ХЛЫНОВСКИ	50	8,6	10,3	3,9	142	1
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,8	3,9	28,3	159	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	25	0,1	1,1	1,2	16	0,2
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,2		0,7	4	2,6
2008	411	КИСЕЛЬ	150			17,6	70	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			559	18,1	20,7	75,6	563	8,3
Полдник уплотненный								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,1	5	3,9	116	7,4
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,3	5,8	18,6	138	9,5
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		6,7	28	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			340	15,7	11,4	44	355	17,5
Всего				45,6	48,1	176,6	1340	27,1

Утверждаю



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

МЕНЮ

7 августа 2024 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	34	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,6	8,2	21	181	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,8	127	0,8
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,2	7,9	19,9	170	0,1
Итого			461	15,2	20,8	57,7	478	1,5
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	200	0,4		18,1	75	0,1
Итого			200	0,4		18,1	75	0,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,5	6,5	12,1	128	5,8
2017	82	КОТЛЕТА МЯСО-КАРТОФЕЛЬНАЯ ПО-ХЛЫНОВСКИ	70	11,8	13,6	5,2	190	1,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	4,6	33,4	187	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,1	2,4	30	0,5
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	29	0,2		0,7	4	2,9
2008	411	КИСЕЛЬ	200			23,4	93	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			739	24,4	27,4	96,4	728	10,8
Полдник уплотненный								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	15,5	7,2	5,4	164	10,4
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	3	6,9	22	162	11,2
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		10,1	42	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			440	21,5	14,9	57,3	465	22,4
Всего				61,5	63,1	229,5	1746	34,8