



Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

8 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	1,8	3,8	21,4	127	0
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,1	3,8	31,1	167	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,2	9,8	42	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,1	3,6	19,8	132	0,1
Итого			455	7,1	7,6	51	301	0,1
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								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,3	5,8	8,9	107	3,2
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	7,8	4,3	3,5	85	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	1,4	3,2	11,4	81	5,8
2016	473	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,3	0,1	16,5	69	20,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			660	17	14	59,5	438	30,4
Полдник уплотненный								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/25	22,8	19,6	47,2	470	0,5
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			395	24,4	21,6	62,3	554	0,5
Всего				53	47,4	190,6	1423	31,6

Утверждаю



Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Луварова Ю.В./

МЕНЮ

8 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	1,3	2,8	15,7	93	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,2	0,2	7,9	34	0
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/6	3,6	2,3	14,8	95	0,1
Итого			366	5,1	5,3	38,4	222	0,1
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								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,2	4,5	6,8	81	2,6
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	6,4	3,7	2,9	70	0,5
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	1,1	2,6	8,5	63	4,3
2016	473	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	150	0,2		12,4	52	15,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			508	13,4	11,3	45,9	343	23
Полдник уплотненный								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	19,3	16,5	41	401	0,5
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			315	20,9	18,5	56	485	0,5
Всего				43,2	38,7	155,6	1162	24,1