

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
Уварова Ю.В./**МЕНЮ**
8 сентября 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,6	16,6	133	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	11,6	85	0,2
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	4	7,8	14,8	146	0,1
Итого			374	10,8	16,4	43	364	0,5
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150			7	29	0,7
Итого			150			7	29	0,7
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	4,4	2,3	12,2	89	4,8
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	50	5,8	8,5	3,9	115	3,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,5	26,3	154	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	1,9	19	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			530	17,2	15,9	70,8	490	8,1
Уплотненный полдник								
2008	250	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	9,6	4,8	2	90	0,2
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	100	2,5	4,5	15,1	111	6,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,4	13,2	110	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			465	19,2	15	57,4	444	11,4
Всего				47,2	47,3	178,2	1327	20,7

Утверждаю



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

МЕНЮ

8 сентября 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	205	5,3	7,8	22,7	182	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	15	120	0,4
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/10	5,2	9,3	19,9	184	0,1
Итого			462	15	21,8	57,6	486	0,8
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	9,4	39	1
Итого			200	0,1	0,1	9,4	39	1
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	6	2,3	16,4	110	6,5
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	70	8,1	11,8	5,4	161	4,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,2	31,1	182	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2,2	3,1	34	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			700	22,8	21	89,7	631	11,3
Уплотненный полдник								
2008	250	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,6	5,1	2,2	98	0,2
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	130	3,3	5,9	19,3	144	8,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,4	55	4,8
Итого			550	22,3	17,6	71,2	536	14,7
Всего				60,2	60,5	227,9	1692	27,8