

Утверждаю

Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Уварова Ю.В./



МЕНЮ

9 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	85	3,2	2,5	20,6	118	0
2005	424	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	0,1		8,8	36	0
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/6	3,6	2,3	14,8	95	0,1
Итого			351	11,8	9,3	44,5	310	0,1
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	8,4	35	0,7
Итого			150	0,1	0,1	8,4	35	0,7
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,4	3,4	11,8	90	6
2010	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	80/40	10,8	10,3	11,7	182	0,8
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	65	1,1	3	6,6	58	2,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,4		13,5	56	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,6	0,5	15,9	80	0
Итого			526	18,3	17,2	59,5	466	9,8
Полдник уплотненный								
2010	314	ОВОЩИ В СОУСЕ МОЛОЧНОМ	150	2,3	6,1	12,6	116	10,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,6	26	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,1	0,6	14,6	72	0
Итого			330	4,5	6,7	33,8	214	10,7
Всего				34,7	33,3	146,2	1025	21,3

Утверждаю

Заведующий
МДОУ № 23 "Ромашка" г.1
Лаврова Ю.В./



МЕНЮ

9 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	5,2	4,5	32,8	192	0
2005	424	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	0,1		9,5	39	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/8	4,7	3,3	19,4	126	0,1
Итого			433	14,9	12,3	62	418	0,1
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11,5	48	0,9
Итого			200	0,1	0,1	11,5	48	0,9
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,2	4,3	15,7	120	8
2010	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/50	13,9	13,4	16,1	241	1,1
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	90	1,7	4,1	9,2	80	4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,5	0,1	19,3	81	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,3	0,6	20	100	0
Итого			712	23,6	22,5	80,3	622	13,3
Полдник уплотненный								
2010	314	ОВОЩИ В СОУСЕ МОЛОЧНОМ	180	2,8	7	14,9	137	12,7
2010	314	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	195	3,5	12,1	28,4	238	12,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	195	0,1		9,6	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	39	2,9	0,8	19,5	96	0
Итого			414	5,8	7,8	44	272	12,7
Всего				44,4	42,7	197,8	1360	27