

Утверждаю

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



МЕНЮ

9 августа 2023 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	205	6,3	8,4	23,6	196	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,9	7,2	19,9	155	0
Итого			453	13,9	20,5	58,4	474	1,4
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,6
Итого			200	0,1		10	42	1,6
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2		0,6	4	2,5
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,4	7,9	13,9	152	5,7
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	70	9,6	14,4	9,7	210	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,1	4,3	10,6	96	27,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,1	0,1	10,5	43	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			685	21,7	27,2	69,3	610	36,4
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	6,2	9,7	40,3	280	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			515	8,7	10,9	76,5	446	5,3
Всего				44,4	58,6	214,2	1572	44,7



МЕНЮ

9 августа 2023 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6	17,1	142	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,6	5,3	10,6	96	0
Итого			366	10,2	15,7	40,9	348	1,1
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,5	32	1,2
Итого			150	0,1		7,5	32	1,2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2		0,6	4	2,5
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,9	5,4	10	108	3,9
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	6,8	10,2	6,9	149	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	3,6	9,1	81	23,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	9,5	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			563	16,1	19,7	55,3	465	30,4
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	4	6	26,8	181	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			425	6,5	7,2	62,9	346	5,2
Всего				32,9	42,6	166,6	1191	37,9