



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

# МЕНЮ

9 сентября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	5,7	16,6	134	0,4
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,1	8,3	23,5	175	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,4	85	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			9,8	39	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/7	3,8	7	15	139	0,1
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>10,4</b>	<b>15,7</b>	<b>43</b>	<b>358</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	11	0,8	1,1	8,2	46	0
<b>Итого</b>			<b>161</b>	<b>0,9</b>	<b>1,1</b>	<b>15,2</b>	<b>74</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	4,5	2,3	12,5	90	4,9
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	50	5,8	8,6	3,9	116	3,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,5	26,3	154	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,2	0,3	1,8	11	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,4	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>531</b>	<b>17,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>	<b>485</b>	<b>8,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	120	13,2	7,5	16,8	202	17
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	1,1	2,5	26	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,5	3,7	11	92	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>20,1</b>	<b>13,6</b>	<b>65,4</b>	<b>485</b>	<b>22,2</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>45,5</b>	<b>194,7</b>	<b>1402</b>	<b>31,5</b>





## МЕНЮ

9 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	210	5,2	7,6	22,8	180	0,6
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,1	8,4	30,4	207	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,8	14,4	119	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/9	5	8,7	20,1	179	0,1
<b>Итого</b>			<b>466</b>	<b>14,6</b>	<b>21,1</b>	<b>57,3</b>	<b>478</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8,5	35	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>8,5</b>	<b>35</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,9	2,3	16,2	110	6,7
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,9	2,3	15,6	91	7,7
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	70	8,1	11,8	5,3	160	4,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,2	31,1	182	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	0,6	0,6	8,1	40	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>22,8</b>	<b>19,4</b>	<b>94,4</b>	<b>636</b>	<b>12,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	16,7	9,4	21,4	255	21,4
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	1,8	3,9	42	0,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
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
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>26</b>	<b>17,8</b>	<b>75</b>	<b>591</b>	<b>27,9</b>
<b>Всего</b>				<b>63,5</b>	<b>58,3</b>	<b>235,2</b>	<b>1740</b>	<b>41,6</b>