



МЕНЮ

10 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	3	4,2	20,6	132	0
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3,4	4,3	30,1	172	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,1		9,9	40	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/10	5,2	9,2	19,9	183	0,1
Итого			463	8,3	13,4	50,4	355	0,1
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,1	18,3	76	0,2
Итого			200	0,4	0,1	18,3	76	0,2
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,8	2,6	15,2	112	3,9
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	40/40	13,8	10,1	3,7	162	1,3
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	3,7	32,5	175	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	11,9	49	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			660	27	17,1	82,5	594	6,4
Полдник уплотненный								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	175	7,6	9,8	12,2	169	32
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			415	10,6	10,6	32,2	267	32
Всего				46,3	41,2	183,4	1292	38,7



Утверждаю

Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

10 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,1	3,1	15,2	97	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,1		9	36	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/6	3,7	6,6	14,9	133	0,1
Итого			372	5,9	9,7	39,1	266	0,1
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		13,3	55	0,2
Итого			150	0,3		13,3	55	0,2
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5	1,8	11,3	82	3,1
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	30/30	11,1	7,4	2,8	122	1
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,8	3,9	28,3	159	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	8,8	37	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			510	21,5	13,7	66,5	477	5
Полдник уплотненный								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	6,5	7,7	10,4	140	27,5
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			330	8,8	8,3	25,4	214	27,5
Всего				36,5	31,7	144,3	1012	32,8