

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

11 апреля 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,9	16,2	135	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,4	3,4	23,2	137	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			8,2	33	0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/6	3,6	2,3	14,8	95	0,1
Итого			366	11,8	12,6	44,2	340	1,3
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	150	4	3,8	16,4	118	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
Итого			150	4	3,8	16,4	118	0
Обед								
1990	205	СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	4,2	5,5	11,1	115	2,9
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	8,1	9,7	13,2	174	28,2
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1	0,1	9,2	39	23,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			507	15	15,7	52,7	412	54,5
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,4	11,7	1,8	146	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,6		1,3	8	0,8
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,7	1	7,4	41	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
Итого			310	12,2	13,6	28,3	283	1
Всего				43	45,7	141,6	1153	56,8

Утверждаю



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

МЕНЮ

11 апреля 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,2	7,8	21,8	179	0,6
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,2	4,3	16,9	115	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	4С	0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,1	3,6	19,8	132	0,1
Итого			455	15	16,3	56,5	434	1,5
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	180	4,9	4,5	19,8	142	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
Итого			180	4,9	4,5	19,8	142	0
Обед								
1990	205	СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,9	7,8	15,7	160	4,1
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	9,2	10,9	14,9	196	31,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,3	51	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			640	18,6	19,3	66,9	512	67
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9,9	11,7	2,1	153	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	25	0,8	0,1	1,6	10	1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,7	1	7,4	41	0
Итого			395	14,7	14	34,8	322	1,2
Всего				53,2	54,1	178	1410	69,7