

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ №23 "Ромашка"  
/Серякова Т.В./



# МЕНЮ

11 августа 2025 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	205	7,8	8,9	29,6	230	0,6
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	120	6,8	5,1	34,5	211	0
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
<b>Итого</b>			<b>453</b>	<b>15,4</b>	<b>20,8</b>	<b>68</b>	<b>505</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,1		8,4	34	0,2
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>		<b>8,4</b>	<b>34</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,1	7,1	16	151	7,7
2017	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,1	12,1	11	203	18,2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2,2	3,1	34	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50			25	120	0
<b>Итого</b>			<b>658</b>	<b>17,7</b>	<b>21,4</b>	<b>63,6</b>	<b>542</b>	<b>26,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	4,8	7,6	27,3	205	11,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15,3	121	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
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,4</b>	<b>13,5</b>	<b>66</b>	<b>442</b>	<b>12,4</b>
<b>Всего</b>				<b>45,6</b>	<b>55,7</b>	<b>206</b>	<b>1523</b>	<b>40,4</b>

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Серякова Т.В./

# МЕНЮ

11 августа 2025 г.

ясли 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	150	5,6	6,5	21,2	166	0,4
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,6	85	0,5
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,5	14,8	116	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>10,6</b>	<b>15</b>	<b>47,6</b>	<b>367</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			6,3	25	0,2
<b>Итого</b>			<b>150</b>			<b>6,3</b>	<b>25</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3,9	5,7	12,1	118	5,8
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,7	11,7	8,3	182	14,1
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	1,9	19	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>497</b>	<b>17,5</b>	<b>19</b>	<b>48,8</b>	<b>432</b>	<b>20,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,9	6,3	22,7	171	9,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	11,4	91	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,6</b>	<b>10,7</b>	<b>51,7</b>	<b>349</b>	<b>10,3</b>
<b>Всего</b>				<b>37,7</b>	<b>44,7</b>	<b>154,4</b>	<b>1173</b>	<b>31,5</b>