

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Лаврова Ю.В./



# МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,8	21,2	176	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
<b>Итого</b>			<b>448</b>	<b>12,5</b>	<b>19,7</b>	<b>59,6</b>	<b>451</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,3	18,6	134	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,4</b>	<b>4,3</b>	<b>18,6</b>	<b>134</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2		0,6	4	2,5
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,2	7,5	11,1	137	6,2
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	70	9,5	13,6	4,7	179	2
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	130	9,7	6,3	26,3	201	4,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	13,2	56	41,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>28,2</b>	<b>28</b>	<b>79,9</b>	<b>682</b>	<b>56,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	228	ДРАЧЕНА	120	15,1	16,7	7,4	225	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,1	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,3	116	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,5	46	4
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>20,3</b>	<b>23,3</b>	<b>47,7</b>	<b>469</b>	<b>4</b>
<b>Всего</b>				<b>65,4</b>	<b>75,3</b>	<b>205,8</b>	<b>1736</b>	<b>62,2</b>

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Уварова Ю.В./



# МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6	15,8	133	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,3	3,5	11,1	90	0,6
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
<b>Итого</b>			<b>336</b>	<b>9</b>	<b>14,9</b>	<b>39,3</b>	<b>327</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,2	18,6	133	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,4</b>	<b>4,2</b>	<b>18,6</b>	<b>133</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2		0,6	4	2,5
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3,9	5,6	8,3	101	4,6
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	50	6,7	9,7	3,5	129	1,4
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	110	8,2	5,4	22,4	170	3,9
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,9	42	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>532</b>	<b>21,8</b>	<b>21,2</b>	<b>63,9</b>	<b>530</b>	<b>43,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	228	ДРАЧЕНА	100	12,6	13,8	6,1	187	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	0
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,5	46	4
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>18</b>	<b>20,3</b>	<b>63,8</b>	<b>494</b>	<b>4</b>
<b>Всего</b>				<b>53,2</b>	<b>60,6</b>	<b>185,6</b>	<b>1484</b>	<b>48,7</b>