

Утверждаю



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

МЕНЮ

11 сентября 2024 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,3	8,6	19,9	179	0,6
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	5,7	7,9	28,9	208	0,5
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
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,2	8,6	19,8	177	0,1
Итого			456	15,2	22,1	54,6	479	1,5
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	148	4,4	4,3	18,6	134	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
Итого			148	4,4	4,3	18,6	134	0
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,6	5,8	11,9	123	5,2
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	75	10,8	18,9	5,1	234	0,8
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	6,4	11,2	117	29,9
2008	411	КИСЕЛЬ	200			22,4	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			675	21,9	31,6	74,6	669	35,9
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	5,8	9,3	40,2	273	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
Итого			545	8,4	10,7	78,4	451	5,5
Всего				49,9	68,7	226,2	1733	42,9

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Гварова Ю.В./



МЕНЮ

11 сентября 2024 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4	6,4	14,9	135	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	3,6	5,5	14,8	124	0,1
Итого			370	11,7	16,3	42,9	369	1,2
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	148	4,4	4,3	18,6	134	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
Итого			148	4,4	4,3	18,6	134	0
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,7	4,6	8,8	95	3,8
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,3	12,5	3,4	156	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,4	8,6	95	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,8	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			508	16,1	22,9	56,8	497	27,7
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	4,5	7,2	32,1	218	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			435	7	8,5	67,4	382	4,2
Всего				39,2	52	185,7	1382	33,1