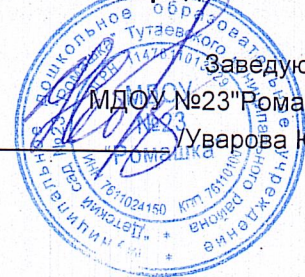


Утверждаю



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

МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	205	7,8	8,9	29,6	230	0,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	5,8	5,6	31,5	199	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
Итого			853	21,3	26,4	109,4	744	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	200	0,2		17,2	71	0,1
Итого			200	0,2		17,2	71	0,1
Обед								
2017	14	СУП КРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	7,2	8,9	16	175	7,7
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,4	13,2	11	217	18,2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,4	1,9	3,7	33	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50			25	120	0
Итого			658	21	24	64,2	579	26,8
Уплотненный полдник								
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
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	133	0,5	0,5	12,7	61	5,3
Итого			753	13	14	88,6	543	17,7
Всего				55,5	64,4	279,4	1937	46

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 февраля 2024 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		
Завтрак								
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	150	5,6	6,5	21,2	166	0,4
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,4	4	23,4	147	0
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,6	85	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
Итого			546	10,3	14,9	53,2	387	0,9
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	150	0,2		13,1	54	0
Итого			150	0,2		13,1	54	0
Обед								
2017	14	СУП КРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	4,4	6,1	12,1	124	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
Итого			497	18	19,4	48,8	438	20,1
Уплотненный полдник								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,9	6,3	22,7	171	9,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,3	3,5	11,4	91	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		6,6	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	133	0,5	0,5	12,7	61	5,3
Итого			613	10,2	11,2	71	437	15,6
Всего				38,7	45,5	186,1	1316	36,6