



# МЕНЮ

13 февраля 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	5,9	19,2	148	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,7	85	0,5
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/6	3,6	7,2	14,8	138	0,1
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>10,7</b>	<b>16,1</b>	<b>45,7</b>	<b>371</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	2,4	12,2	85	3,2
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	30/30	0,1	1,2	0,7	15	0,1
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	3,4	27,4	151	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	10,1	43	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>9</b>	<b>7,5</b>	<b>69,6</b>	<b>378</b>	<b>4,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,2	5,7	10,9	109	29,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	6,7	8,6	46	288	0,1
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>10</b>	<b>14,3</b>	<b>64,4</b>	<b>427</b>	<b>29,7</b>
<b>Всего</b>				<b>30,7</b>	<b>38,1</b>	<b>202,7</b>	<b>1268</b>	<b>39,2</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

13 февраля 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6	8,2	26,6	205	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/10	5,2	10,1	19,9	191	0,1
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>15,6</b>	<b>23</b>	<b>61,5</b>	<b>516</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,7	2,4	16,3	106	4,2
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	40/40	0,3	3,2	1,8	39	0,5
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	4,1	32,3	178	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	13,5	57	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>11,6</b>	<b>10,4</b>	<b>87,9</b>	<b>485</b>	<b>6,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	6,8	13,7	134	38,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	7,5	10,7	50,4	326	0,1
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>11,7</b>	<b>17,5</b>	<b>74,1</b>	<b>500</b>	<b>38,3</b>
<b>Всего</b>				<b>39,9</b>	<b>51,1</b>	<b>246,5</b>	<b>1593</b>	<b>50,1</b>