

Утверждаю



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

МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

ясли 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,9	16,2	135	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,4	3,4	23,2	137	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			8,2	33	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	3,6	5,5	14,8	124	0,1
Итого			370	11,8	15,8	44,2	369	1,3
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	150	4	3,8	16,4	11Е	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	2Е	0
Итого			150	4	3,8	16,4	11Е	0
Обед								
1990	205	СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	4,2	5,5	11,1	115	2,9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	150	6,4	8,7	17,2	172	8,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1	0,1	9,2	39	23,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			497	13,3	14,7	56,7	410	35
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,4	11,7	1,8	143	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,6		1,3	3	0,8
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ПРЯНИКИ ДЕТСКИЕ	30					0
2008		ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,3	64	5,6
Итого			470	12,1	13,2	41,4	335	6,6
Всего				41,2	47,5	158,7	1232	42,9

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 декабря 2024 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		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,2	7,8	21,8	17€	0,6
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,2	4,3	16,9	11€	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	12€	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	4€	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,1	8,5	19,8	17€	0,1
Итого			461	15	21,2	56,5	47€	1,5
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	180	4,9	4,5	19,8	14€	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	4€	0
Итого			180	4,9	4,5	19,8	14€	0
Обед								
1990	205	СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,9	7,8	15,7	16€	4,1
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	200	8,4	11,6	22,9	23€	11,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,3	5€	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	10€	0
Итого			660	17,8	20	74,9	54€	46,8
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9,9	11,7	2,1	15€	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	25	0,8	0,1	1,6	1€	1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	4€	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	11€	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,8	4€	0
Итого			395	14,8	14	44,8	36€	1,2
Всего				52,5	59,7	196	152€	49,5