

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 23"  
 "Ромашка"  
 Заведующий  
 МДОУ №23 "Ромашка"  
 Уварова Ю.В.  
 ул. Моторостроителей, д. 1

# МЕНЮ

13 июня 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,2	3,7	26,7	157	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	5,2	4,7	0,3	65	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190	4,1	4,5	14,4	115	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,8	2,2		28	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
<b>Итого</b>			407	18,5	16,3	64,8	481	1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
<b>Итого</b>			200	1	0,2	23	92	4
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,2	4,9	16,7	132	8,4
2010	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100/50	14,3	13,9	18,5	256	1,3
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	1,6	3,8	8,3	76	2,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			671	24,4	23,1	77,2	608	12,6
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	106	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	190	5,1	10	19,7	192	12,8
2012	392	ЧАИ С САХАРОМ	200	0,1		9,2	37	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		БАНАН	147	2,1	0,7	29,9	137	5,9
<b>Итого</b>			607	12,5	12,8	107,8	599	18,7
<b>Всего</b>				56,4	52,4	272,8	1780	36,3

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 23  
 "Ромашка"  
 Заведующий  
 МДОУ №23 "Ромашка"  
 Луварова Ю.В.

**МЕНЮ**  
 13 июня 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	2,9	2,8	18,7	111	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	5,2	4,7	0,3	65	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,7	4	13,3	105	0,7
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,4	1,8		22	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
<b>Итого</b>			<b>336</b>	<b>15,6</b>	<b>14,2</b>	<b>49,9</b>	<b>390</b>	<b>0,9</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>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,5	3,5	12,5	96	6,2
2010	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	80/40	6,8	7,1	8,3	125	0,7
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	0,9	1,3	4,8	35	2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>13,8</b>	<b>12,3</b>	<b>51,6</b>	<b>367</b>	<b>8,9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	106	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	3,4	7	14,4	136	9,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6		0
2008		БАНАН	147	2,1	0,7	29,9	137	5,9
<b>Итого</b>			<b>497</b>	<b>10</b>	<b>9,5</b>	<b>94,5</b>	<b>388</b>	<b>15,4</b>
<b>Всего</b>				<b>40,4</b>	<b>36,2</b>	<b>219</b>	<b>1237</b>	<b>29,2</b>