

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уваров Е.Ю.В./

МЕНЮ

14 февраля 2025 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,5	39	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	3,4	7,5	14,3	139	0,1
Итого			292	8,4	12	24,1	239	0,1
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	6,3	2,3	17,2	115	6,8
2010	58	ПЛОВ	200	8,2	11,3	40,8	297	1,3
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,1		7,9	32	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			650	17,9	14,1	89,9	549	8,4
Уплотненный полдник								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	210	5,4	9	20,3	184	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,5	39	0
2008		ЯБЛОКО	142	0,6	0,6	13,5	65	5,7
Итого			592	9,3	10,8	66,7	404	6,3
Всего				35,6	36,9	180,7	1192	14,8

Утверждаю



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

МЕНЮ

14 февраля 2025 г.

ясли 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/6	3,6	7,2	14,8	133	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,2	29	0
Итого			232	8,6	11,7	22,3	228	0,1
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	4,8	1,7	12,9	86	5
2010	58	ПЛОВ	180	7,4	10,1	36,6	267	1,2
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			5,8	24	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			520	14,8	12,2	74,5	461	6,4
Уплотненный полдник								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,3	14,6	132	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	87	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,5	39	0
Итого			595	8,9	12,4	72,1	437	4,4
Всего				32,3	36,3	168,9	1126	10,9