

Утверждаю

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



МЕНЮ

15 мая 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								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6	8,2	26,6	205	0,6
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,4	5	31,3	188	0
к/к	к/к	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 СЫРОМ	40/10	5,2	3,7	19,8	133	0,1
Итого			455	15,6	16,6	61,4	458	1,5
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,1		14	57	0,2
Итого			200	0,1		14	57	0,2
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	2,1	3,2	15,1	99	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (аллергики)	200	2,3	2,2	16,2	94	5,3
2010	71	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	80	1,2	4,6	7,7	76	0,3
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	4,1	32,3	178	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2	3,1	32	0,5
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11,8	49	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			710	10,3	14,5	94	539	6,8
Уплотненный полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	200	6,4	10,4	22,4	209	11,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			440	9,7	11,6	55,8	365	11,2
Всего				35,7	42,7	225,2	1419	19,7

Утверждаю



МЕНЮ

15 мая 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								
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	11,6	85	0,5
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	4	2,9	14,8	102	0,1
Итого			368	11,1	11,8	45,6	335	1
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,1		10,5	43	0,1
Итого			150	0,1		10,5	43	0,1
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	150	1,7	2,5	11,4	74	3,7
2010	71	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	50	0,8	2,9	4,8	48	0,2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	3,4	27,4	151	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	2	20	0,2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	8,9	37	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			530	8,1	10,5	73,7	414	4,8
Уплотненный полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	5,4	9	20	184	10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
Итого			390	7,9	9,9	46,5	307	10
Всего				27,2	32,2	176,3	1099	15,9