

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 апреля 2025 г.

если 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	48	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	38	0,1
Итого			372	10,7	16,1	45,7	171	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	6,3	4,7	12,2	117	3,2
2017	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	35/35	4,9	5,3	1,1	71	0,2
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
Итого			520	16,5	13,9	70	466	4,6
Уплотненный полдник								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,8	5,6	10,1	104	26,3
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
2008		ПРЯНИК	28	2,2	1	27,7		0
Итого			388	7,5	7,5	64,3	227	26,3
Всего				35,7	37,7	203	156	35,9

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №2 "Ромашка"
Уверова Ю.В./

МЕНЮ

17 апреля 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
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
Итого			463	15,6	23	61,5	516	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	7,4	4,7	16,3	138	4,2
2017	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	40/40	5,5	6	1,2	81	0,3
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
Итого			660	19,5	15,5	87,3	559	6,1
Уплотненный полдник								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,5	6,8	12	124	31,4
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		ПРЯНИК	28	2,2	1	27,7		0
Итого			448	9	9	73,1	280	31,4
Всего				45,1	47,7	244,9	1447	43