

Утверждаю

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



# МЕНЮ

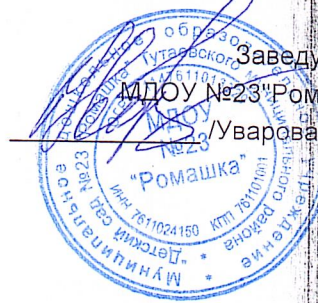
18 апреля 2024 г.

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>								
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
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,5	5,1	32	191	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,9	7,2	19,9	155	0
<b>Итого</b>			<b>853</b>	<b>17,9</b>	<b>25,2</b>	<b>103,4</b>	<b>711</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>			<b>6,8</b>	<b>27</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,7	2,4	16,3	106	4,2
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	40/40	0,3	3,2	1,8	39	0,5
2010	55	ГУЛЯШ (аллергики)	40/40	0,4	3,5	2,6	43	0,7
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	4,1	32,3	178	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	10,3	43	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>11,5</b>	<b>10,3</b>	<b>84,7</b>	<b>471</b>	<b>5,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	175	8,8	11,3	11,8	184	30,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2010	104	ПЛЮШКА	80	7,5	5,2	47	264	0,1
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>19,6</b>	<b>17,7</b>	<b>92,2</b>	<b>604</b>	<b>30,6</b>
<b>Всего</b>				<b>49</b>	<b>53,2</b>	<b>287,1</b>	<b>1813</b>	<b>37,7</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
18 апреля 2024 г.  
ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	5,9	19,2	148	0,4
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,3	3,8	23,3	141	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,7	85	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,6	5,3	10,6	96	0
<b>Итого</b>			<b>546</b>	<b>8,8</b>	<b>14,2</b>	<b>49,5</b>	<b>361</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>			<b>4,9</b>	<b>19</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	2,4	12,2	85	3,2
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	30/30	0,1	1,2	0,7	15	0,1
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	2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>9</b>	<b>7,5</b>	<b>69,6</b>	<b>378</b>	<b>4,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	7,4	9,6	10,1	158	26,3
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2010	104	ПЛЮШКА	70	6,7	4,7	41,2	233	0,1
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,6</b>	<b>15,2</b>	<b>76,4</b>	<b>508</b>	<b>26,4</b>
<b>Всего</b>				<b>34,4</b>	<b>36,9</b>	<b>200,4</b>	<b>1266</b>	<b>31,8</b>