



# МЕНЮ

18 июня 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                               | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                  |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                          |                     | КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                               | 205    | 2,8               | 4,4     | 15,2             | 111                                      | 0                     |
| 2010                          | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                       | 200    | 0,1               |         | 9                | 36                                       | 0                     |
| 2005                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                               | 40/8   | 3                 | 6,3     | 19,7             | 146                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 453    | 5,9               | 10,7    | 43,9             | 293                                      | 0                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 440                 | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА                                                 | 200    | 0,3               | 0,1     | 18,8             | 78                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 200    | 0,3               | 0,1     | 18,8             | 78                                       | 0                     |
| Обед                          |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                          | 6                   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 195/10 | 4,1               | 5,5     | 10,1             | 108                                      | 6,7                   |
| 2008                          | 289                 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ                                            | 70     | 13,9              | 16      | 0,8              | 202                                      | 0,4                   |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                   | 130    | 4,9               | 3,8     | 31               | 177                                      | 0                     |
| 2010                          | 84                  | СОУС КРАСНЫЙ                                                     | 50     | 0,4               | 2,1     | 2,4              | 30                                       | 0,5                   |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                                           | 200    |                   |         | 20,4             | 82                                       | 0,2                   |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                      | 50     | 3,2               | 0,6     | 19,1             | 96                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 705    | 26,5              | 28      | 83,8             | 695                                      | 7,8                   |
| Полдник уплотненный           |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 248                 | ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ                                                    | 65     | 10,3              | 3,4     | 4,4              | 89                                       | 0,2                   |
| 2008                          | 124                 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                               | 130    | 1,8               | 4,1     | 14,5             | 101                                      | 7,3                   |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                    | 200    | 0,1               |         | 10,1             | 42                                       | 0,8                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ                        | 40     | 2,9               | 0,8     | 20               | 98                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                                           | 110    | 0,4               | 0,4     | 10,8             | 52                                       | 11                    |
| Итого                         |                     |                                                                  | 545    | 15,5              | 8,7     | 59,8             | 382                                      | 19,3                  |
| Всего                         |                     |                                                                  |        | 48,2              | 47,5    | 206,3            | 1448                                     | 27,1                  |

Утверждаю

Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Уварова Ю.В./

**МЕНЮ**

18 июня 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                          |                     | КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                               | 150   | 2,1               | 3,4     | 11,7             | 85                                       | 0                     |
| 2010                          | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                       | 180   | 0,1               |         | 8,9              | 36                                       | 0                     |
| 2005                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                               | 30/6  | 2,3               | 4,9     | 14,9             | 111                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 366   | 4,5               | 8,3     | 35,5             | 232                                      | 0                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 440                 | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА                                                 | 150   | 0,2               |         | 12,7             | 53                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 150   | 0,2               |         | 12,7             | 53                                       | 0                     |
| Обед                          |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                          | 6                   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 145/8 | 3,1               | 4,4     | 7,1              | 81                                       | 5                     |
| 2008                          | 289                 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ                                            | 55    | 11                | 12,4    | 0,6              | 158                                      | 0,3                   |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                   | 110   | 4,1               | 3,2     | 26,4             | 151                                      | 0                     |
| 2010                          | 84                  | СОУС КРАСНЫЙ                                                     | 30    | 0,3               | 1,2     | 1,6              | 19                                       | 0,2                   |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                                           | 150   |                   |         | 15,6             | 62                                       | 0,2                   |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                      | 40    | 2,5               | 0,5     | 15,3             | 76                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 538   | 21                | 21,7    | 66,6             | 547                                      | 5,7                   |
| Полдник уплотненный           |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 248                 | ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ                                                    | 55    | 8,8               | 2,8     | 3,6              | 75                                       | 0,2                   |
| 2008                          | 124                 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                               | 110   | 1,5               | 3,4     | 12,3             | 86                                       | 6,2                   |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                    | 150   | 0,1               |         | 6,7              | 28                                       | 0,6                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ                        | 30    | 2,2               | 0,6     | 14,9             | 73                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                                           | 95    | 0,4               | 0,4     | 9,3              | 45                                       | 9,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 440   | 13                | 7,2     | 46,8             | 307                                      | 16,5                  |
| Всего                         |                     |                                                                  |       | 38,7              | 37,2    | 161,6            | 1139                                     | 22,2                  |