

МЕНЮ

18 июля 2025 г.

Сад 12 часоѡ



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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,2	5,7	21,3	159	0,2
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	280	2,3	8,4	22,8	174	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,1	3,2	11,8	89	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/9	4,8	8,4	19,7	174	0,1
Итого			435	13,1	17,3	52,8	422	0,5
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	162	4,9	4,5	19,8	142	0
Итого			162	4,9	4,5	19,8	142	0
Обед								
1990	205	СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,3	6,7	12,8	134	2,9
		БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	60	10,8	18,9	0,7	215	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	1,8	9,8	15,5	158	15,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	80	1,6	8,9	8,5	119	3,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,3	51	31
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			690	22	44,9	73,8	782	53,2
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10	11,5	2,1	152	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			360	13,3	12,7	25,7	269	0,1
Всего				53,3	79,4	172,1	1615	53,8

Утверждаю



Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
/Серякова Т.В./

МЕНЮ

18 июля 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	4,7	16,1	124	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,1	4,3	12,8	106	0,3
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/5	3,4	5,7	14,7	124	0,1
Итого			359	11,6	14,7	43,6	354	0,6
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	135	4	3,8	16,4	118	0
Итого			135	4	3,8	16,4	118	0
Обед								
1990	205	СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/6	4	5,8	9,9	111	2,4
		БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	50	8,8	10,6	0,7	134	0,4
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,4	2,1	5,1	45	12,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	1,3	2,5	6,8	55	3,1
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1	0,1	9,3	39	23,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			516	18,2	21,5	51	468	42,4
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,4	11,5	1,8	144	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
Итого			310	10,9	12,4	19,6	232	0,1
Всего				44,7	52,4	130,6	1172	43,1