

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Уварова Ю.В./

# МЕНЮ

20 мая 2025 г.

ясли 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,7	6	25,6	176	0,4
2008	190	КАША "ДРУЖБА" С САХАРОМ (аллергики)	150	1,8	0,4	17,5	80	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	13,3	110	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			8,2	33	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,2	14,9	115	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>11,1</b>	<b>15,6</b>	<b>53,8</b>	<b>401</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	149	4	3,8	16,4	118	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>4</b>	<b>3,8</b>	<b>16,4</b>	<b>118</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,4	4,4	9,1	92	6,5
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	9,4	4	1	79	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,5	3,6	14,5	100	6,8
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,1	30	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>528</b>	<b>18</b>	<b>12,4</b>	<b>50,9</b>	<b>385</b>	<b>15,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	3,7	6,1	26,9	177	0,2
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	11,4	6,4	29,4	220	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>3,8</b>	<b>6,1</b>	<b>27,1</b>	<b>178</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>36,9</b>	<b>37,9</b>	<b>148,2</b>	<b>1082</b>	<b>16,4</b>

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

**МЕНЮ**

20 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,2	8,2	33,3	232	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,8	14,7	121	0,8
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	200	1,8	4,5	18,8	122	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3	8,9	20,1	171	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>13,7</b>	<b>21,9</b>	<b>68,1</b>	<b>524</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	169	4,6	4,3	18,6	134	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
<b>Итого</b>			<b>169</b>	<b>4,6</b>	<b>4,3</b>	<b>18,6</b>	<b>134</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,4	5,5	12	121	8,6
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,6	6,5	1,8	117	1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	16,4	14	1,2	196	0,5
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,1	5,5	19,2	140	9,1
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,7	0,5	21,4	102	19,44
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>23,5</b>	<b>18</b>	<b>67</b>	<b>525</b>	<b>20,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	4,5	6,9	33	211	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>4,6</b>	<b>6,9</b>	<b>33,2</b>	<b>212</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>46,4</b>	<b>51,1</b>	<b>186,9</b>	<b>1395</b>	<b>21,8</b>