

Утверждаю



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

МЕНЮ

21 апреля 2025 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		
Завтрак								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5	7,8	22,2	179	0,6
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,1	8,3	23,5	175	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	14,1	116	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	39/7/9	4,8	9	19,6	178	0,1
Итого			455	14,1	21,4	55,9	473	1,5
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,1		10,4	43	0,3
Итого			200	0,1		10,4	43	0,3
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	6,1	2	17,2	111	6,9
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2	2	16,3	92	8,1
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	60	8	11,1	5,2	153	2,9
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,6	30,7	184	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	60	0,8	6,2	9,7	96	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			700	23,1	24,4	96,5	688	10,6
Уплотненный полдник								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	15,6	9,1	21,6	248	20,7
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	1,8	3,8	42	0,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,9	14,4	121	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			439	24,2	17	63,2	527	22,4
Всего				61,5	62,8	226	1731	34,8

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 апреля 2025 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		
Завтрак								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5	7,8	22,2	179	0,6
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,1	8,3	23,5	175	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	14,1	116	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	39/7/9	4,8	9	19,6	178	0,1
Итого			455	14,1	21,4	55,9	473	1,5
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,1		10,4	43	0,3
Итого			200	0,1		10,4	43	0,3
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	6,1	2	17,2	111	6,9
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2	2	16,3	92	8,1
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	60	8	11,1	5,2	153	2,9
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,6	30,7	184	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	60	0,8	6,2	9,7	96	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			700	23,1	24,4	96,5	688	10,6
Уплотненный полдник								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	15,6	9,1	21,6	248	20,7
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	1,8	3,8	42	0,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,9	14,4	121	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			439	24,2	17	63,2	527	22,4
Всего				61,5	62,8	226	1731	34,8