

МЕНЮ

21 июля 2025 г.

Сад 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	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	180	6,9	5,6	24,4	175	0,2
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	120	7,5	10	43,1	291	0
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,7	12	83	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37/6	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			423	12,7	15,5	59,8	413	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	200/11	2,9	5,6	12,7	117	6
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,5	13,2	12,6	221	21,9
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	80	1,4	11,2	17,9	177	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,2	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45			25	120	0
Итого			686	16,8	30	76,4	668	28,7
Уплотненный полдник								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	3,9	6,6	21,7	171	8,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,9	13,2	91	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	37	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			417	9,9	10,7	58,3	378	8,9
Всего				40,4	56,4	217,5	1551	42

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	КАЛУСТА 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

