

Утверждаю



Заведующий
ИДООУ № 23 "Ромашка" 1
Ливарова Ю.В./

МЕНЮ

21 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	205	8,8	9,2	34,7	257	1,3
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	205	3,7	4,5	26,3	160	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,8	16,7	129	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/10	5,2	7,9	19,9	170	0,1
Итого			461	18,5	21,9	71,3	556	2,2
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10,2	44	2,6
Итого			200	0,1		10,2	44	2,6
Обед								
2017	11	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,3	6,4	11,9	127	5,3
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	70	10,3	12,9	11,2	201	1,2
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,3	4,8	13,7	114	29,9
2008	411	КИСЕЛЬ	200			23,4	94	0,2
-		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			670	22,1	24,7	79,4	632	36,6
Полдник уплотненный								
2021	74	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	23,5	19,2	43,9	455	0,5
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			505	25,5	21,6	68,8	586	10,5
Всего				66,2	68,2	229,7	1818	51,9

Утверждаю



Заведующий
Уварова Ю.В./

МЕНЮ

21 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,4	6,7	25,3	187	0,9
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,4	3,3	20,8	122	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,4	14	112	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	195	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/8	4,2	5,8	16,4	134	0,1
Итого			372	14,6	16,9	55,7	433	1,7
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,7	33	1,9
Итого			150	0,1		7,7	33	1,9
Обед								
2017	11	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	4,2	5	8,9	97	4,1
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,3	9,2	8,1	144	0,9
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	3,6	10,8	89	23,5
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	85	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			508	16,6	18,4	64	492	30
Полдник уплотненный								
2021	74	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	18,9	15,3	35,4	368	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ (аллергики)	145	11,2	9,8	27,5	243	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			410	20,9	17,7	59,7	497	9,9
Всего				52,2	53	187,1	1455	43,5