



## МЕНЮ

22 сентября 2023 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6	15,8	133	0,5
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,1	3,3	18,1	110	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,3	3,5	11,1	90	0,6
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
<b>Итого</b>			<b>336</b>	<b>9</b>	<b>14,9</b>	<b>39,3</b>	<b>327</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	150	3,9	3,8	16,4	118	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА (аллергики)	200	0,3	0,1	13	56	52
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>29,4</b>	<b>174</b>	<b>52</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	1,4	3,4	8,1	71	4,4
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (аллергики)	200	4,3	6,4	11,3	120	6,4
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	50	6,7	9,7	3,5	129	1,4
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	110	8,2	5,4	22,4	170	3,9
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА И ЛИМОНА	150	0,2	0,1	10	43	31,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>708</b>	<b>23,4</b>	<b>25,4</b>	<b>74,5</b>	<b>617</b>	<b>48</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	228	ДРАЧЕНА	100	12,6	13,8	6,1	187	0
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергики)	150	3,1	12,1	23,7	218	12,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	0
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>17,6</b>	<b>19,9</b>	<b>54,3</b>	<b>448</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>54,2</b>	<b>64,1</b>	<b>197,5</b>	<b>1566</b>	<b>101,1</b>

Утверждаю



Заведующий  
ИД ОУ №23 "Ромашка"  
Уварова Ю.В./

# МЕНЮ

22 сентября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,8	21,2	176	0,6
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,9	4,4	23,7	146	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
<b>Итого</b>			<b>648</b>	<b>15,4</b>	<b>24,1</b>	<b>83,3</b>	<b>597</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	200	5,2	5	22	158	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА (аллергики)	200	0,3	0,1	13	56	52
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,2</b>	<b>5</b>	<b>22</b>	<b>158</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,8	4,6	11,1	97	6,2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (аллергики)	200	4,3	6,4	11,3	120	6,4
2008	272	КОТЛета МЯСНАЯ МОЗАИКА	70	9,5	13,6	4,7	179	2
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	130	9,7	6,3	26,3	201	4,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА И ЛИМОНА	200	0,4	0,1	13,4	58	42,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>24,7</b>	<b>25,1</b>	<b>79,5</b>	<b>640</b>	<b>55,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	228	ДРАЧЕНА	120	15,1	16,7	7,4	225	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,1	1	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,3	116	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>19,9</b>	<b>22,9</b>	<b>38,2</b>	<b>423</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>65,2</b>	<b>77,1</b>	<b>223</b>	<b>1818</b>	<b>56,7</b>