

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	150	5,6	6,5	21,2	166	0,2
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	11,6	85	0,2
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,5	14,8	116	0
Итого			366	10,7	15	47,6	367	0,4
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			6,9	28	0,2
Итого			150			6,9	28	0,2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	17	0,1		0,4	2	1,7
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3,9	5,7	12,1	118	5,8
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,7	11,7	8,3	182	14,1
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	1,9	19	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			514	17,6	19	49,2	434	21,8
Уплотненный полдник								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,9	6,3	22,7	171	9,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,4	3,5	11,4	91	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ЯБЛОКО	167	0,7	0,7	15,8	76	6,7
Итого			527	10,4	11,4	67,5	425	16,7
Всего				38,7	45,4	171,2	1254	39,1



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

22 сентября 2025 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								
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	205	8	8,9	29,6	230	0,3
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	15	120	0,4
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			453	15,7	20,8	68	505	0,7
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,1		8,6	35	0,2
Итого			200	0,1		8,6	35	0,2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	17	0,1		0,4	2	1,7
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,1	7,1	16	151	7,7
2017	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,1	12,1	11	203	18,2
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2,2	3,1	34	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50			25	120	0
Итого			675	17,8	21,4	64	544	28,1
Уплотненный полдник								
2017	36	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	4,8	7,6	27,3	205	11,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	15,3	121	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			420	12,5	13,5	66	442	12
Всего				46,1	55,7	206,6	1526	41