Утверждаю

Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
_____/Гварова Ю.В./

МЕНЮ

23 апреля 2025 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,3	6	16,8	140	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	12,8	107	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/4/5	3,4	5,2	14,6	118	0,1
Итого			368	11,7	15,5	44,2	365	1,2
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		6,9	29	1,1
Итого			150	0,1		6,9	29	1,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,5	4	8,8	89	3,8
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,2	12,3	3,6	154	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,5	8,9	97	23,3
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			508	15,8	22,2	56,5	488	27,6
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	4,4	7,2	31,4	215	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			465	6,9	8,5	66,7	379	4,2
Всего				34,5	46,2	174,3	1261	34,1

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ №23"Ромашка"
_____ /Уварова Ю.В./

МЕНЮ

23 апреля 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,1	23	191	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,8	14,2	119	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	39/6/9	4,8	8,2	19,4	170	0,1
Итого			454	15,5	21,1	56,6	480	1,5
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		8,9	37	1,4
Итого			200	0,1		8,9	37	1,4
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	4,2	5,2	12,1	117	5,2
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	70	10	17,3	4,6	213	0,7
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	6,3	11,1	115	29,8
2008	411	КИСЕЛЬ	200			20,9	83	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			660	20,7	29,3	72,7	633	35,7
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	5,3	8,2	36,8	249	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			410	7,4	9,1	62,6	367	0,2
Всего				43,7	59,5	200,8	1517	38,8