

Утверждаю

Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" №1

/Уварова Ю.В./

**МЕНЮ**

23 июня 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	2,1	3,7	16,7	107	0
2010	31	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	245	2,1	3,7	23,5	135	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,1		9,9	40	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/10	5,3	8,7	19,9	179	0,1
Итого			462	7,5	12,4	46,5	326	0,1
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11,3	46	0,6
Итого			200	0,1	0,1	11,3	46	0,6
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,6	2,2	14,9	102	6,2
2021	92	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С КАПУСТОЙ	70	8,6	11,3	8,6	170	4,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,8	31,2	178	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,1	2,5	31	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	21,1	89	0,3
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			700	23,4	20,1	97,5	666	11,3
Полдник уплотненный								
2016	162	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	17,3	9	24,2	265	21,4
		СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,8	1,8	3,2	33	0,4
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	9,8	41	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			440	21,2	11,7	57	436	21,8
Всего				52,2	44,3	212,3	1474	33,8

Утверждаю



Заведующий
МДОУ № 23 "Ромашка" №1
/Уварова Ю.В./

МЕНЮ

23 июня 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	1,5	1,8	11,8	70	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,1		7,6	31	0
2005	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	4,1	7,2	15,4	142	0,1
Итого			374	5,7	9	34,8	243	0,1
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150			8,6	35	0,5
Итого			150			8,6	35	0,5
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	4,3	1,8	11,1	78	4,8
2021	92	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С КАПУСТОЙ	50	6,4	8,6	6,5	128	3,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,2	3,2	26,5	152	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	25	0,2	1,1	1,2	16	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,4	0,1	16,1	67	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			525	18	15,3	76,7	518	8,3
Полдник уплотненный								
2016	162	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	120	13,9	7,5	19,3	215	17,2
		СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	1,1	2	20	0,2
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,2	0,1	7,5	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			330	16,8	9,3	43,6	340	17,4
Всего				40,5	33,6	163,7	1136	26,3