



Заведующий  
МДОУ №23 "Ромашка"  
Гуварова Ю.В./

## МЕНЮ

23 сентября 2025 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	5,6	19,9	145	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/6	3,6	2,3	14,8	95	0,1
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>11,2</b>	<b>12,3</b>	<b>47,9</b>	<b>350</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	150	3,9	3,8	16,4	118	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,9</b>	<b>3,8</b>	<b>16,4</b>	<b>118</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,7	5,1	11,2	109	4,5
2010	51	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	7,5	3,4	5,3	81	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,7	4,1	16,2	113	7,7
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	150	0,2		13	54	16,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>518</b>	<b>16,7</b>	<b>13</b>	<b>64,9</b>	<b>441</b>	<b>29,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	3,8	6,6	35,2	217	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,3	68	6
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>6</b>	<b>9,2</b>	<b>64,6</b>	<b>369</b>	<b>6,1</b>
<b>Всего</b>				<b>37,8</b>	<b>38,3</b>	<b>193,8</b>	<b>1278</b>	<b>36,6</b>

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

# МЕНЮ

23 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	205	4,8	7,8	27,4	200	0,6
2008	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,2	3,7	19,8	133	0,1
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>14,7</b>	<b>16,4</b>	<b>62,1</b>	<b>456</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,3	18,6	134	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,4</b>	<b>4,3</b>	<b>18,6</b>	<b>134</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,1	7,1	15,5	152	6,4
2010	51	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	7,5	3,4	5,3	81	0,2
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики)	50	14,9	16,8	0,4	213	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,2	4,8	19,2	133	9,1
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,3	0,1	16,5	69	20,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>651</b>	<b>19,4</b>	<b>15,9</b>	<b>80,5</b>	<b>540</b>	<b>36,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	4,7	7,9	46	275	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,3</b>	<b>9,9</b>	<b>61,2</b>	<b>360</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>44,8</b>	<b>46,5</b>	<b>222,4</b>	<b>1490</b>	<b>38,1</b>