

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Уварова Ю.В./

МЕНЮ

24 ноября 2023 г.

Сад 12 часов



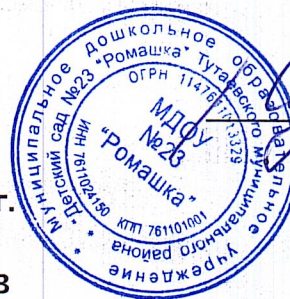
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,8	21,2	176	0,6
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,9	4,4	23,7	146	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			848	15,5	24,1	93,2	637	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	200	5,2	5	22	158	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			400	6,2	5,2	42,2	244	4
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	50	0,5	1	3,8	27	2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,8	4,6	11,1	97	6,2
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	200	0,3	0,1	13,2	56	41,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			710	25,1	26,1	83,1	665	56,3
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	120	15,1	16,7	7,4	225	0
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	160	10,9	19,5	25,2	320	12,8
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
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	0
Итого			735	31,8	42,6	86,4	835	12,8
Всего				78,6	98	304,9	2381	74,5

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Уварова Ю.В./



МЕНЮ
24 ноября 2023 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	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
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
Итого			516	9,1	14,9	47,3	359	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	150	3,9	3,8	16,4	118	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			350	4,9	4	36,6	204	4
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	50	0,5	1	3,8	27	2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	1,4	3,3	8	69	4,4
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	150	0,2	0,1	9,9	42	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			557	19,6	19,9	66,8	521	42,9
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	100	12,6	13,8	6,1	187	0
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	160	10,9	19,5	25,2	320	12,8
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	ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,5	0,2	16,6	72	0,6
Итого			545	28	39,4	73,1	748	13,4
Всего				61,6	78,2	223,8	1832	61,4