



МЕНЮ

25 августа 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	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,1	7,5	8,9	117	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,9	14,8	122	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			448	10,9	19,6	47,1	394	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	228	5,4	5	22	158	0
Итого			228	5,4	5	22	158	0
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	36	0,4	0,1	1,4	9	9,1
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5	6,3	8	116	10,1
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	11	13,1	7,6	192	0,3
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	3,4	4,8	20,6	139	9,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА И ЛИМОНА	200	0,3	0,1	13,2	57	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,3	0,5	24	105	0
Итого			720	23,4	24,9	74,8	618	71,1
Уплотненный полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	12,7	13,9	2	184	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			575	18,5	20,3	56	474	4,3
Всего				58,2	69,8	199,9	1644	76,8

Утверждаю

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



МЕНЮ
25 августа 2023 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								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	2	5,2	6,1	81	0,4
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150					0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	5,4	12,4	104	0
Итого			366	7,9	15	31,7	295	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	205	4,8	4,5	19,7	142	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			205	4,8	4,5	19,7	142	0
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	37	0,4	0,1	1,4	9	9,1
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,6	4,7	5,6	84	7,2
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	7,4	8,9	5	129	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,8	4	17,4	118	8,3
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА И ЛИМОНА	150	0,2	0,1	9,9	43	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			558	17	18,2	58,5	467	56
Уплотненный полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	12,7	13,9	2	184	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	11	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			515	17,7	20	50,1	445	4,3
Всего				47,4	57,7	160	1349	61,4