



Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

/Уварова Ю.В./

МЕНЮ

26 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6	7,6	25,5	194	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,8	127	0,8
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,2	3,8	19,8	134	0,1
Итого			455	15,6	16,1	62,1	455	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2016	152	СУП КУРИНЫЙ	200	4,5	2,3	9,1	76	3,2
2021	114	СУФЛЕ ИЗ КУР	70	13,6	5,5	2,7	115	0,5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	4,6	33,4	187	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,1	2,5	30	0,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,4	0,1	19,3	81	0,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			700	25,4	15,2	86,2	585	4,3
Полдник уплотненный								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	8,9	13,2	26,4	260	13,4
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			420	11,9	14	46,4	358	13,4
Всего				53,9	45,5	214,9	1484	23,2

Утверждаю



Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Гуварова Ю.В./

МЕНЮ

26 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								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	5,6	19,5	146	0,4
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4	4,3	13,8	110	0,7
2005	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	4	2,9	15,3	104	0,1
Итого			368	12,4	12,8	48,6	360	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
			200	1	0,2	20,2	86	4
Итого								
Обед								
2016	152	СУП КУРИНЫЙ	150	3,4	1,9	6,8	59	2,6
2021	114	СУФЛЕ ИЗ КУР	60	11,5	5,6	2,4	104	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,8	3,9	28,3	159	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	25	0,2	1,1	1,2	16	0,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	150	0,2		14,5	60	0,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			535	20,6	13	68,5	475	3,3
Полдник уплотненный								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	7,8	11,2	22	221	11,2
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			330	10,1	11,8	37	295	11,2
Всего				44,1	37,8	174,3	1216	19,7