

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 июля 2024 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 МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,1	6,9	28	195	0,5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,8	16,7	129	0,8
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	6,4	19,9	148	0
Итого			453	12,6	18,1	64,6	472	1,3
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5	170	4,5	4,2	17,8	130	0,6
Итого			170	4,5	4,2	17,8	130	0,6
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5	6,4	6	103	7,1
2005	608	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	75	12,1	12,9	11,8	210	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,1	4,5	18,4	128	8,6
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	13	55	39
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			675	23,6	24,5	68,4	592	55
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	13,5	16,3	2	210	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			360	16,5	17,1	31,7	347	0,4
Всего				57,2	63,9	182,5	1541	57,3

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 июля 2024 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		
Завтрак								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	3,8	5,3	21,2	148	0,4
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	14,1	113	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	4,9	14,9	111	0
Итого			371	10,1	14,5	50,2	372	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5	150	3,8	3,6	15,3	112	0,5
Итого			150	3,8	3,6	15,3	112	0,5
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3,8	4,8	4,5	77	5,4
2005	608	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	8,2	8,4	7,9	140	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3,6	14,5	101	6,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	8,8	37	26
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			507	17,2	17,4	51	432	38,4
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	13,5	15,6	2	204	0,4
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,6	31	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			300	15,8	16,2	24,4	308	0,4
Всего				46,9	51,7	140,9	1224	40,4