

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю. В./

МЕНЮ

27 февраля 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	210	5,1	7,7	21,3	176	0,6
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,8	16,8	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	41/10	2,9	8,5	20,2	163	0
Итого			461	12,4	21	58,3	473	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,7	4,4	8,3	85	10,3
2010	71	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	80	1,1	4,2	7,4	71	0,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,2	30,7	130	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	60	0,5	2	7,5	50	0,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	12,3	51	1,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			730	11,6	15,4	90,2	542	12,4
Уплотненный полдник								
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,7	4,4	20,8	138	19,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	16	0
Итого			440	7	5,6	54,1	194	19,7
Всего				32	42,2	225,6	1401	37,5

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

27 февраля 2025 г.

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	16,2	136	0,5
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4	4,3	14,7	114	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,2	7,1	15,2	133	0
Итого			368	10,1	17,4	46,1	383	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	23	92	4
Итого			200	1	0,2	23	92	4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	1,3	3,4	5,9	64	7,2
2010	71	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	50	0,7	2,6	4,6	44	0,2
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,2	3,5	26,5	155	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	2	20	0,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	8,7	36	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			539	9,2	11,2	66,9	403	8,4
Уплотненный полдник								
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,3	3,9	18,4	120	17,3
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
Итого			360	5,8	4,8	43,5	240	17,3
Всего				26,1	33,6	179,5	1113	30,9