

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

27 мая 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	205	5	7,8	27,4	200	0,3
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	1,7	4,3	22,3	135	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,9	14,9	123	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,2	3,7	19,8	133	0,1
Итого			455	15	16,4	62,1	455	0,8
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,4	4,3	18,6	134	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
Итого			170	4,4	4,3	18,6	134	0
Обед								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,1	7,1	15,5	152	6,4
		РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ С СЫРОМ	80/30	15,9	4	2,1	107	0,5
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики)	50	14,9	16,8	0,4	213	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,2	4,8	19,2	133	9,1
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	0,5	19,8	64	18
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,3	0,1	16,5	69	20,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			701	27,8	16,5	77,3	566	36,8
Уплотненный полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	4,7	7,9	46	275	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
Итого			380	4,8	7,9	46,3	277	0,1
Всего				52	45,1	204,3	1433	37,7

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 мая 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								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	5,6	19,9	145	0,2
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,1	3,5	26,7	147	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,4	13,2	110	0,3
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180			8,2	33	0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/6	3,6	2,3	14,8	55	0,1
Итого			366	11,5	12,3	47,9	350	0,6
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	150	3,9	3,8	16,4	118	0
Итого			150	3,9	3,8	16,4	118	0
Обед								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,7	5,1	11,2	109	4,5
		РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ С СЫРОМ	50/20	10,6	3,4	1,7	79	0,2
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии)	50	14,9	16,8	0,4	213	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,7	4,1	16,2	113	7,7
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	110	2,1	3,8	17,3	112	8,7
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	150	0,2		13	34	16,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	34	0
Итого			528	19,8	13	61,3	439	29,3
Уплотненный полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	3,8	6,6	35,2	217	0,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ (аллергии)	150	12,2	10,6	29,4	261	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,6	2	15,4	86	0
Итого			346	5,5	8,6	50,8	304	0,1
Всего				40,7	37,7	176,4	1211	30