

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ №23 "Ромашка" \1  
Ауварова Ю.В./



# МЕНЮ

27 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,4	7,1	25,8	190	0,6
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,9	16,7	129	0,8
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3	7,9	19,9	161	0
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>12,9</b>	<b>19,9</b>	<b>62,4</b>	<b>480</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5	170	4,5	4,2	17,8	130	0,6
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,5</b>	<b>4,2</b>	<b>17,8</b>	<b>130</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,8	6,9	12,1	130	8,5
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	12,4	5,2	6,5	121	0,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,1	4,7	18,4	129	8,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>23,6</b>	<b>17,4</b>	<b>66,2</b>	<b>518</b>	<b>19,4</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/35	25	18,8	41,9	451	0,5
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>26,6</b>	<b>20,8</b>	<b>57</b>	<b>535</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>67,6</b>	<b>62,3</b>	<b>203,4</b>	<b>1663</b>	<b>21,9</b>

Утверждаю

Заведующий

№ 23 "Ромашка" \1

/Уварова Ю.В./



# МЕНЮ

27 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,3	19,2	140	0,4
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	14,1	113	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,3	6,2	14,9	124	0
<b>Итого</b>			<b>368</b>	<b>10,2</b>	<b>15,8</b>	<b>48,2</b>	<b>377</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СНЕЖОК 2,5	150	3,8	3,6	15,3	112	0,5
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,8</b>	<b>3,6</b>	<b>15,3</b>	<b>112</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,8	5,7	8,6	101	6,2
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	8,6	4,1	4,7	90	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3,7	14,6	102	6,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		8,2	35	1,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
<b>Итого</b>			<b>508</b>	<b>17,5</b>	<b>14</b>	<b>51,4</b>	<b>405</b>	<b>15,5</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	21,5	15,7	36,2	385	0,4
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>23,1</b>	<b>17,7</b>	<b>51,2</b>	<b>469</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>54,6</b>	<b>51,1</b>	<b>166,1</b>	<b>1363</b>	<b>17,5</b>