

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

/Серякова Т.В./

МЕНЮ

28 июля 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	8,6	19,7	179	0,3
2010	34	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,3	5,1	15,5	117	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	15	120	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/10	5,2	9,3	19,9	184	0,1
Итого			457	15,3	22,6	54,6	483	0,8
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,1		6,8	28	0,2
Итого			150	0,1		6,8	28	0,2
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,8	2,2	16,8	111	6,5
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	70	8,1	11,8	5,4	161	4,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,2	31,1	182	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2,2	3,1	34	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			700	22,6	20,9	90,1	632	11,3
Уплотненный полдник								
2008	192	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ	180	4,7	10,2	33,4	245	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,8	2,1	2,7	33	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,9	14,9	123	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			450	13,5	18,4	74,4	517	0,4
Всего				51,5	61,9	225,9	1660	12,7

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
/Серякова Т.В./



МЕНЮ

28 июля 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,4	14,9	135	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	11,6	85	0,2
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	4	7,8	14,8	146	0,1
Итого			374	11	17,2	41,3	366	0,5
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,1		6,8	28	0,2
Итого			150	0,1		6,8	28	0,2
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	4,4	2,3	12,4	89	4,8
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	50	5,8	8,5	3,9	115	3,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,5	26,3	154	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	1,9	19	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			530	17,2	15,9	71	490	8,1
Уплотненный полдник								
2008	192	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ	150	4,1	8,8	28,7	211	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,8	2,1	2,7	33	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,4	13,2	110	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
Итого			390	11,6	16,2	62,2	441	0,3
Всего				39,9	49,3	181,3	1325	9,1