

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Дворова Ю.В./

МЕНЮ

29 апреля 2025 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,6	5,9	25,2	173	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,5	14,8	116	0
Итого			366	10,9	15,8	53,2	399	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	150	4	3,8	16,4	118	0
Итого			150	4	3,8	16,4	118	0
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,7	4,7	9,2	98	6,4
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	9,4	4	1	79	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,5	4	14,5	104	6,8
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,5	32	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			528	18,3	13,1	51,4	397	15
Уплотненный полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	3,8	6,3	28,1	133	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,3	2	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			425	4,3	6,7	38,2	232	10,2
Всего				37,5	39,4	159,2	1146	26,3



МЕНЮ

29 апреля 2025 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		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,4	8,1	33,6	234	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	5	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,9	7,2	19,9	155	0
Итого			448	14	20,3	68,4	512	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	170	4,6	4,3	18,6	134	0
Итого			170	4,6	4,3	18,6	134	0
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,8	5,9	12,1	126	8,5
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,6	6,6	1,8	117	1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17,6	15,1	0,4	207	0,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,2	4,8	19,2	133	9,1
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			670	24	17,8	67,1	523	20,2
Уплотненный полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	4,7	7,1	34,7	220	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
Итого			380	4,8	7,1	35	222	0,2
Всего			47,4	49,5	189,1	1391	21,8	