



МЕНЮ

29 мая 2024 г.

ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6	15	131	0,4
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,9	3,5	18,8	114	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	12,8	106	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	220	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	1,8	4,9	12,5	101	0
Итого			365	9,8	15,1	40,3	338	1,1
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12	50	0
Итого			150	0,2		12	50	0
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,2	5,2	7,6	94	4,6
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	9,4	11,2	0,9	143	0,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,2	3,2	26,6	152	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,2	0,2	1,5	9	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	150			17,2	68	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			529	19,6	20,2	73	550	5,1
Уплотненный полдник								
1990	515	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ	50	8,2	4,2	3,6	84	0,2
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	100	2,5	4,2	15	108	7
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		6,9	28	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	103	0,4	0,4	9,8	47	4,1
Итого			433	13,6	9,7	52,9	354	11,6
Всего				43,2	45	178,2	1292	17,8

Утверждаю



Заведующий

МДОО №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

29 мая 2024 г.

Сад 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								
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	210	5,8	8,2	20,7	180	0,6
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ (аллергики)	210	2,6	4,7	21,9	140	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	14,6	119	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			458	13,4	20,1	58,7	454	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	15,9	66	0
Итого			200	0,3	0,1	15,9	66	0
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	4,4	6,9	10,3	127	6,5
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	13,5	14,8	1,2	192	0,4
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,2	31,9	177	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	0,6	2,6	6,4	53	0,7
2008	411	КИСЕЛЬ	200			21,2	85	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			721	26,7	28	95	739	7,6
Уплотненный полдник								
1990	515	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ	70	11,8	5,2	6,5	119	0,3
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	40	13,6	11,6		159	0
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	130	3,2	5,7	19,2	141	9
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,7	0,5	21,4	102	19,44
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		9,1	38	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	103	0,4	0,4	9,8	47	4,1
Итого			543	18,7	12,5	68	461	13,8
Всего				59,1	60,7	237,6	1720	22,8