



МЕНЮ

29 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6,1	8,1	26,5	205	0,5
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,9	4,7	21,5	140	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	40/10	3	8,9	19,9	170	0
Итого			455	13,6	21,7	61,4	495	0,9
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,1		9,1	37	0,5
Итого			200	0,1		9,1	37	0,5
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,7	2,4	16,3	106	4,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (аллергики)	200	4,6	4,4	15,1	117	3,7
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	40/40	0,6	3,2	3,4	47	0,9
2010	55	ГУЛЯШ (аллергики)	40/40	6,7	8,9	2,6	117	0,7
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	4,1	32,3	178	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			660	11,7	10,2	83,9	467	5,1
Уплотненный полдник								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	7,6	10,3	12	172	31,4
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			420	10,9	11,5	45,4	328	31,4
Всего				36,3	43,4	199,8	1327	37,9



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

29 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	5,9	19,2	148	0,2
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,3	3,8	23,3	141	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	11,7	85	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,2	7	14,9	131	0
Итого			368	9,5	15,9	45,8	364	0,4
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150			6,7	27	0,4
Итого			150			6,7	27	0,4
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	2,4	12,2	85	3,2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	3,4	27,4	151	0
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	30/30	0,3	1,2	2,3	23	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			510	9,1	7,4	67	367	3,9
Уплотненный полдник								
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	8,8	10,7	10,1	174	26,3
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			390	13,3	12,5	62,2	414	26,3
Всего				31,9	35,8	181,7	1172	31