

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка" \1

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

29 августа 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								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,6	15,6	130	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	14,8	114	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,3	6,2	14,9	124	0
Итого			368	10,3	16	45,3	368	1,2
II Завтрак								
2016	473	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	150	0,3	0,1	14,1	63	26,6
Итого			150	0,3	0,1	14,1	63	26,6
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,2	3	5,9	63	7,5
2005	667	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	60	12,3	3,9	9,6	122	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	2,9	26,3	148	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	30	0,3	1,2	1,7	19	0,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,5	40	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			549	22,5	11,6	68,3	469	9,1
Полдник уплотненный								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	160	7,2	11,2	15,9	193	15,4
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			355	11	16,8	38,3	348	15,4
Всего				44,1	44,5	166	1248	52,3

Утверждаю



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

МЕНЮ

29 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,6	7,7	21,2	177	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,4	4,7	17,2	129	0,8
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3	7,9	19,9	161	0
Итого			455	13	20,3	58,3	467	1,4
II Завтрак								
2016	473	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,5	0,1	18,6	83	35,4
Итого			200	0,5	0,1	18,6	83	35,4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	7,5	4	8,3	102	10,4
2005	667	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	80	16,4	6,4	12,9	173	0,7
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,8	31,1	178	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,1	2,4	30	0,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	12,2	51	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			721	32,6	17	86,1	630	12,6
Полдник уплотненный								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	10,5	16	21,7	275	19,5
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			455	15	21,8	49,1	454	19,5
Всего				61,1	59,2	212,1	1634	68,9