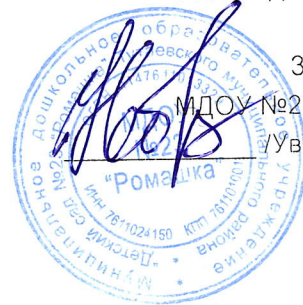


Утверждаю



Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

МЕНЮ

29 сентября 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	210	5,4	7,7	22,6	181	0,3
2012	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,6	35	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ.	40/6	2,9	5,9	19,8	143	0
Итого			456	8,4	13,6	51	359	0,3
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	9,3	40	1,1
Итого			200	0,1	0,1	9,3	40	1,1
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,7	1,8	16	104	6,6
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	70	8,2	11	5,7	153	4,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,8	30,7	176	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,3	1,8	3	29	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,1	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			700	22,3	18,9	88,5	604	11,3
Уплотненный полдник								
2008	250	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	8,5	4,7	2,2	85	0,3
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,6	12,6		171	0
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	130	3,3	5,5	19,4	141	9,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	5	14,8	123	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			420	19,6	16,4	59,8	465	10,2
Всего				50,4	49	208,6	1468	22,9

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Родничок"

Гуваров

МДОУ №23 "Ромашка"

Уварова Ю.В./

29 сентября 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	160	4	5,4	16,6	132	0,2
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,1	5,1	14,7	113	0
2012	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,6	35	0
Итого			396	6,2	10,5	39,9	280	0,2
II Завтрак								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	7,2	31	0,8
Итого			150	0,1	0,1	7,2	31	0,8
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	4,4	1,8	12,2	84	4,9
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ	50	5,8	7,8	4	110	3,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,1	25,8	148	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,1	2,2	19	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			530	17,2	14,2	70,4	473	8,2
Уплотненный полдник								
2008	250	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	7,7	4,3	2	78	0,2
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	100	2,5	3,9	15,1	107	7,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	13,3	111	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ЯБЛОКО	144	0,6	0,6	13,8	66	5,8
Итого			504	17,4	14,2	61,8	449	13,8
Всего				40,9	39	179,3	1233	23