

МДОУ № 23 "Ромашка" Т. 1

МЕНЮ

31 января 2025 г.

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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6	15,8	133	0,5
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,1	3,3	18,1	110	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,6	35	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,5	14,8	116	0
Итого			366	6,2	11,5	39,2	284	0,5
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	180	4,7	4,5	19,7	142	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
Итого			180	4,7	4,5	19,7	142	0
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7	3,9	5,6	8,3	101	4,6
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	50	6,7	9,7	3,5	129	1,4
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	110	8,2	5,4	22,4	170	3,9
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,9	42	31,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			507	21,6	21,2	63,3	526	41,1
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	110	13,8	15,2	6,8	206	0
2010	57	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ (аллергики)	160	9,6	10,2	21,8	217	10,9
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		7,4	30	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
Итого			305	17,8	21,1	39,2	404	0,5
Всего				50,3	58,3	161,4	1356	42,1



Заведующий
ИДООУ №23 "Гомашка"
Гуварова Ю.В./

МЕНЮ

31 января 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	7,8	21,2	176	0,6
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,9	4,3	22,6	141	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,6	39	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			448	8,2	15	54,2	370	0,6
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	200	5,2	5	22	158	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
Итого			200	5,2	5	22	158	0
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,2	7,5	11,1	137	6,2
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ МОЗАИКА	70	9,5	13,6	4,7	179	2
2012	427	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С КАРТОФЕЛЕМ	130	9,7	6,3	26,3	201	4,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	13,2	56	41,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			660	28	28	79,3	678	54,3
Уплотненный полдник								
2012	228	ДРАЧЕНА	120	15,1	16,7	7,4	225	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,3	116	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		9,7	40	0,5
Итого			360	18,4	17,9	40,4	381	0,5
Всего				59,8	65,9	195,9	1587	55,4