

МЕНЮ

31 июля 2025 г.

Сад 12 часов



Утверждаю

Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
/Серякова Т.В./

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	220	6,6	8,9	28,1	219	0,3
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	5,5	5,6	43,5	247	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,9	5	14,9	125	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	4,8	3,3	19,7	128	0,1
Итого			470	16,3	17,2	62,7	472	0,8
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	200	0,3		15,8	66	0
Итого			200	0,3		15,8	66	0
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	1,8	3,1	13,1	88	5,1
2017	101	СУФЛЕ ИЗ КУР	90	2,5	5,3	2,8	69	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3	3,3	32,3	172	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,6	1,8	3,8	34	1
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ	200	0,2		13,8	57	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			720	11,4	14	89,8	525	6,2
Уплотненный полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	190	5,3	8,2	22,2	184	11,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,2	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			430	8,6	9,4	54,8	338	11,2
Всего				36,6	40,6	223,1	1401	18,2

Утверждаю



Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
Серякова Т.В./

МЕНЮ 31 июля 2025 г.

если 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
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	11,6	85	0,2
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	4	2,9	14,8	102	0,1
Итого			368	11,3	11,8	45,6	335	0,5
II Завтрак								
2008	440	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	150	0,2		12,7	52	0
Итого			150	0,2		12,7	52	0
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	150	1,7	2,5	11,4	74	3,7
2017	101	СУФЛЕ ИЗ КУР	60	2	4,2	2,2	54	0
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	3,4	27,4	151	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	2	20	0,2
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ	150	0,2		11,4	47	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			540	9,4	11,7	73,6	430	4
Уплотненный полдник								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	7,5	10,8	20	208	10
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
Итого			390	10	11,7	46,5	331	10
Всего				30,9	35,2	178,4	1148	14,5