

Утверждаю

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

# МЕНЮ

6 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6	8,2	26,6	205	0,6
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,4	5	31,3	188	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	15	120	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	5,2	3,7	19,8	133	0,1
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>15,6</b>	<b>16,6</b>	<b>61,4</b>	<b>458</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	440	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	200	0,2		16,9	70	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>		<b>16,9</b>	<b>70</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	2,1	3,2	15,1	99	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (аллергики)	200	2,3	2,2	16,2	94	5,3
2017	101	СУФЛЕ ИЗ КУР	80	2,5	5,5	2,8	71	0,1
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	23,5	20,2	0,4	277	0,2
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,8	5,1	30,6	195	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2	3,1	32	0,5
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11,8	49	0,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>15,3</b>	<b>16,4</b>	<b>87,4</b>	<b>551</b>	<b>6,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	52	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ПОВИДЛОМ	150/20	4	6,4	54,1	290	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>5,6</b>	<b>8,4</b>	<b>79</b>	<b>413</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>36,7</b>	<b>41,4</b>	<b>244,7</b>	<b>1492</b>	<b>8,1</b>



# МЕНЮ

6 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	5,9	19,2	148	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	11,6	85	0,5
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	3,5	2,8	11,8	87	0,1
<b>Итого</b>			<b>368</b>	<b>10,6</b>	<b>11,7</b>	<b>42,6</b>	<b>320</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	440	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	150	0,2		12,7	52	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,2</b>		<b>12,7</b>	<b>52</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
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	1,9	4,2	2,2	54	0,1
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,6	4,3	25,5	163	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	2	20	0,2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	8,9	37	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>12,2</b>	<b>12,7</b>	<b>69,2</b>	<b>432</b>	<b>4,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	52	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ПОВИДЛОМ	120/15	3,2	5	42,5	229	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>4,8</b>	<b>7</b>	<b>64,9</b>	<b>342</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>27,8</b>	<b>31,4</b>	<b>189,4</b>	<b>1146</b>	<b>5,7</b>