



Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
Лувагова Ю. В.

МЕНЮ
13 июня 2024 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	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	17,9	109	0
2014	270	КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	15,4	116	0,7
2012	392	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180			8,2	33	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	1,8	5,4	12,4	104	0
Итого			368	9,6	15,6	43,6	353	1,2
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,1		8,4	34	0,5
Итого			150	0,1		8,4	34	0,5
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,7	5,7	5,9	94	7,3
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	7,5	8,8	5	129	0,2
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,5	26,3	154	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	25	0,2	0,3	1,5	10	0,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,1	38	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			534	18,2	18,8	67	509	8,6
Уплотненный полдник								
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,9	3,2	15,4	102	14,7
2012	392	ЧАИ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56	12
Итого			450	5,9	4,6	52,3	275	26,7
Всего				33,8	39	171,3	1171	37

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 июня 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	205	4,9	7,8	21,3	176	0,6
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	1,9	4,3	16,4	112	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,2	129	0,8
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3,2	7,2	23,4	155	0
Итого			455	12,5	19,7	61,9	460	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,1		11,2	45	0,6
Итого			200	0,1		11,2	45	0,6
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,5	6,8	8,3	118	10,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,3	12,5	6,9	180	0,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,2	31,1	182	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,3	0,6	3	19	0,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	12	50	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			710	23,4	24,7	85,3	654	12,1
Уплотненный полдник								
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,4	3,9	18,3	123	17,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			420	6,7	5,1	51,7	279	17,5
Всего				42,7	49,5	210,1	1438	31,6